GUIDE2010 BASSE-NORMANDIE

Calvados • Manche • Orne

Détail de la tapisserie de Bayeux - XIe siècle. Avec autorisation spéciale de la ville de Bayeux.

MACIF 1ER ASSUREUR DE LA FAMILLE

MACIF

Des produits et services
adaptés aux besoins de toute la famille :

- **assurance : auto, habitation, loisirs**
- **santé**
- **épargne, assurance-vie**
- **services à la personne**

Votre association fait confiance à la Macif.
Pourquoi pas vous ?

Alors n'hésitez pas ! Rencontrez un conseiller Macif !

dans le Calvados :

- **Caen :** 26 quai Vendeuvre & 45 avenue de la Côte de Nacre
- **Lisieux :** 3 rue du Moulin à Tan
- **Bayeux :** 51 rue St Patrice
- **Honfleur :** 14 rue des Vases
- **Vire :** 7 rue du Haut Chemin

dans l'Orne :

- **Flers** : 14 rue Henri Laforest
- **Alençon :** 54 rue de Lattre de Tassigny
- **Argentan :** 1-3 quai St Louis

Tél : 09 69 39 49 09 (APPEL NON SURTAXÉ) *www.macif.fr*

L'ICEA BN

- Présentation de l'association 2
- Les cartes guides Cezam ..... 3 et 4
- Sports d'hiver et infos pratiques 5
- Le réseau Cezam ..... 6 et 7
- L'assurance « Voyages-Sports-Culture » ..... 8 et 9

CULTURE

- Prix Littéraire 11
- Spectacles ..... 12 à 18
- Sites touristiques et musées ..... 19 à 31
- Abonnements lecture 31
- Cinémas ..... 31 à 32

PARCS DE LOISIRS

- Parcs d'attractions ..... 34 et 35
- Parcs animaliers ..... 35 et 36
- Parcs aventures 37

SPORTS, BALADES ET DETENTE

- Activités sportives ..... 39 à 50
- Balades ..... 50 à 56
- Détente ..... 56 à 59

SEJOURS ET VOYAGES

- Campings 61
- Circuits et croisières 61
- Locations 61
- Hôtels 62
- Séjours jeunes 62

Avertissement

Bien que sérieuses et vérifiées, les informations figurant dans ce guide ne peuvent en aucun cas être considérées comme contractuelles.
Conformément à une jurisprudence constante, les erreurs et omissions involontaires qui auraient pu subsister (malgré nos soins et nos contrôles) ne sauraient engager la responsabilité de nos partenaires et de l'éditeur.
L'ICEA BN ne pourra être tenu responsable de la défaillance de l'un ou plusieurs des prestataires référencés.

En cas de dysfonctionnement, merci d'en informer votre CE.

• Cezam Basse-Normandie •

ICEA BN devient Cezam Basse-Normandie
Cezam Basse-Normandie est une association loi 1901 à but non lucratif.

Il s'agit d'un inter-CE créé à l'initiative d'élus de Comités d'entreprise en avril 2002 pour les élus de CE.
En mai 2009, Cezam Basse Normandie a fusionné avec l'ACEA, une association de C.E. et assimilés de la région Caennaise existant depuis 1984.
Aujourd'hui Cezam Basse Normandie regroupe 200 collectifs de salariés et appartient au réseau national Cezam.

• Objectifs •

- Aider les Elus de CE à assurer au mieux leurs missions, aux moyens d'appui conseil, de journées assistances, d'organisation de journées à thème, et d'échange d'expériences entre les adhérents.
- Favoriser les initiatives locales et les projets communs entre Comités d'entreprise.
- Permettre à chaque salarié, quelle que soit la taille de son entreprise d'accéder plus facilement aux loisirs et à la culture grâce à des tarifs réduits.

Cezam Basse Normandie vous propose plus de **250 partenaires de loisir et culture** à tarif réduit sur le territoire bas normand.
Pour bénéficier de ces tarifs avantageux il existe deux outils : les coupons et la carte Cezam.

• Les coupons •

Le coupon est un moyen de paiement qui vous donne accès à des tarifs réduits dans les salles de spectacles, de cinéma, dans les musées et pour les activités sportives principalement dans le calvados.
Vous achetez un coupon auprès de votre comité d'entreprise. Selon la politique de votre CE ou de votre association, vous pouvez acquérir votre coupon à un prix inférieur à la valeur faciale de ce dernier. Lors de votre passage en caisse le coupon viendra en déduction du tarif réduit de l'activité.

Il y a 3 coupons différents : cinéma, spectacle et loisirs-sports.

• La carte Cezam • *La carte-clé de tous vos loisirs*

La carte Cezam est diffusée aux salariés dont le comité d'entreprise, l'association ou l'amicale du personnel est adhérent à Cezam Basse-Normandie.

Votre carte Cezam est individuelle et nominative. Votre conjoint et vos enfants peuvent aussi avoir leur carte. La photo est obligatoire, pensez à en remettre une lors de votre demande de carte à votre CE pour chaque membre de votre famille.
Votre carte est valable pendant toute l'année 2010.

• Les avantages Cezam •

Votre carte Cezam s'utilise partout en France Métropolitaine et à l'étranger chez plus de 7000 partenaires qui proposent des tarifs préférentiels.

Culture
- cinémas
- spectacles, festivals, théâtre
- expositions, sites touristiques, musées…
- lecture

Parcs de loisirs
- parcs d'attractions
- parcs animaliers
- parcs aventures
- parcs aquatiques

Sports, balades, détente
- danse, équitation, golf, piscine, quad, karting…
- balades fluviales, calèches, location de vélo…
- bases de loisirs, remise en forme, thalasso…

Séjours et voyages en France et à l'étranger
- résidences locatives et villages de vacances
- campings, mobil homes
- hôtels
- circuits et croisières
- séjours jeunes

Sport d'hivers
- Remontées mécaniques
- Location de matériel
- Hébergement

• Le mode d'emploi •

◆ L'avantage à carreau

Sur présentation de votre carte au guichet ou à la caisse, vous bénéficiez d'une réduction.
Tous les partenaires de Cezam Basse-Normandie accordent l'avantage ◆.

♣ L'avantage à trèfle

Vous devez penser à commander vos billets à l'avance à votre CE ou dans l'une des Inter-CE Cezam
Envoyez votre commande en y joignant la photocopie de vos cartes Cezam, une enveloppe timbrée et libellée à votre adresse et votre règlement à l'ordre de l'Inter-CE (prévoir un délai de 8 à 10 jours).

• Comment connaître les partenaires Cezam ? •

Lorsque votre comité d'entreprise vous remet vos cartes Cezam (salarié, conjoint et enfants), il vous donne également :

Le guide annuel de la Basse-Normandie

Il s'agit d'un répertoire de tous les partenaires de Cezam Basse Normandie qui indique le tarif Cezam accordé sur simple présentation de votre carte.

Le guide national du réseau Cezam.
Il présente :
- Les partenaires d'Ile de France
- Les réductions montagne hiver et été
- Les partenaires de tourisme
- Un aperçu des partenaires dans chaque région.

En juin, le guide des festivals et manifestations de l'été en Basse-Normandie
Répertorie les festivités offrant des réductions sur le prix des spectacles et vous donnera d'excellentes idées de sorties estivales.

Auprès des autres associations du réseau Cezam
Demandez le guide local auprès de l'inter CE de la région qui vous intéresse (cf : coordonnées p 6/7).
Pour cela, il vous faut envoyer :
- la photocopie de votre carte Cezam
- une enveloppe (13x23) libellée à votre adresse et timbrée à 2,22€ (tarif en vigueur au 02/03/2009).

• Le mode d'emploi •

Sur Internet

www.cezam-bassenormandie.fr
www.cezam.fr

Pour connaître toutes les nouvelles réductions Cezam en Basse-Normandie, consultez notre site toute l'année.
Porteur de carte Cezam, pour recevoir régulièrement des informations sur les nouveaux partenaires, les programmes de cinémas, les sorties organisées par Cezam Basse-Normandie…
Transmettez-nous votre adresse mail et vous recevrez toutes ces informations !

contact@cezam-bassenormandie.fr

• Les sports d'hiver •

Grâce à votre carte Cezam vous pouvez bénéficier de réductions :

- Sur les remontées mécaniques
- La location de matériel
- Les hébergements…

Vous trouverez la liste détaillée des stations ainsi que le montant des réductions accordées dans votre guide national Cezam 2010 et sur notre site internet.

◆ **L'avantage à carreau dans 118 stations**

♣ **L'avantage à trèfle dans 10 stations**

Il implique l'achat de contremarques auprès de votre CE qui seront échangées contre un forfait auprès des caisses des remontées mécaniques.
Les contremarques ne sont ni reprises ni échangées.

• Infos pratiques •

Siège de Cezam Basse Normandie
1018 Grand Parc - B.P. 30022
14201 HEROUVILLE-SAINT-CLAIR CEDEX
Tél./fax : 02.31.95.96.64

La permanence de Cherbourg-Octeville :
Le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 14H00 à 17H00.
Tél : 02.33.43.97.77
Dans les locaux du CE Brittany Ferries, Gare maritime.
Pour les élus de CE uniquement.

UES Cezam
3 rue de Metz - 75010 PARIS
Tél. 01 42 46 13 00 - Fax 01 42 46 13 11

ALSACE

IRCOS : 7 rue A. Engel - 68052 MULHOUSE cedex 1
Tél. 03 89 56 55 54 - Fax 03 89 45 21 85

IRCOS : 5 rue J. Mayer - 67200 STRASBOURG
Tél. 03 88 26 19 19 - Fax 03 88 26 01 12

IRCOS : 6 rue E. Richard - 68000 COLMAR
Tél. 03 89 41 68 31 - Fax 03 89 41 25 38

AUVERGNE

ARIS INTER-CE : 8 rue Jacques Magnier - 63100 CLERMONT FERRAND
Tél. 04 73 37 36 96 - Fax 04 73 37 37 01

ARIS INTER-CE : 9 place de la Paix - 15012 AURILLAC cedex
Tél. 04 71 63 48 61

BOURGOGNE

ACEB 71 : 10 ter rue Général Giraud – 71100 CHALON SUR SAONE
Tél. 03 85 97 24 40 - Fax 03 85 97 24 41

BRETAGNE

ACEVA : ZI de Prat - 34 rue Alain Gerbault - 56000 VANNES
Tél. 02 97 47 49 09 - Fax 02 97 47 43 84

ACEVA : Centre d'affaire la Découverte - immeuble Le Stiff - 39 rue de la Villeneuve - 56100 LORIENT - Tél. 02 97 88 33 80 - Fax 02 97 88 33 84

ALVAC : 11 rue du Poher - B.P. 31302 - 29103 QUIMPER Cedex
Tél. 02 98 53 33 60 - Fax 02 98 53 25 75

ARMORICE : 2 avenue du Chalutier Sans Pitié - BP 80306 - 22193 PLERIN
Tél./Fax 02 96 75 60 55

EPICEA : 9 rue de l'observatoire - CS 21825 - 29218 BREST Cedex 1
Tél. 02 98 33 64 00 - Fax 02 98 33 64 05

EPICEA : Place Onésime Krébel - Kernegues - 29600 MORLAIX
Tél. 02 98 88 85 59 - Fax 02 98 62 01 68

EPICEA : Mille Club - rue du Calvaire - 29800 LANDERNEAU
Tél. 09 71 32 98 79

OIS : 41 square Charles Dullin – BP 30501 - 35205 RENNES Cedex 2
Tél. 02 23 30 22 77 - Fax 02 23 30 20 71

FRANCHE-COMTE

FRACAS : 4A rue Saint Antoine - BP 3030 - 90020 BELFORT Cedex
Tél. 03 84 36 63 63 - Fax 03 84 36 63 69

FRACAS : Rue Charles Bohn - Locaux CIE des 3 Chênes - 90000 BELFORT
Tél. 03 84 90 25 00 - Fax 03 84 90 24 90

FRACAS : 4 rue de la Préfecture - 25000 BESANCON
Tél. 03 81 83 20 51 - Fax 03 81 82 34 55

ILE DE FRANCE

ANTENNE ILE DE FRANCE : 3 rue de Metz - 75010 PARIS
Tél. 01 42 46 13 00 - Fax 01 42 46 13 11

LIMOUSIN

ACELIM : Espace associatif - 40 rue Charles Silvestre - 87100 LIMOGES
Tél. 05 55 42 49 09

LORRAINE

Cezam LORRAINE : 20 rue des Glacis - 54000 NANCY
Tél. 03 83 39 07 60 - Fax 03 83 39 07 64

MIDI-PYRENEES

ACE 82 : 6 place du 22 septembre 1792 - 82000 MONTAUBAN
Tél. 05 63 66 14 88 - Fax 05 63 66 87 75

NORD PAS DE CALAIS

AICE : 145 rue des stations - 59800 LILLE
Tél. 03 20 30 88 31 - Fax 03 20 54 88 23

BASSE-NORMANDIE

ICEA BN : 1018 Grand Parc - BP 30022
14201 HEROUVILLE-SAINT-CLAIR Cedex
Tél./Fax 02 31 95 96 64

PAYS DE LOIRE

ACENER : 15 d bd Jean Moulin - CS 30511 - 44105 NANTES Cedex 4
Tél. 02 40 73 45 20

ACEM : 26 rue Jean Jaurès - 72000 LE MANS
Tél. 02 43 16 04 05 Fax 02 43 75 87 25

ACEM : Centre Multiactivités - 225 avenue de Tours - 53000 LAVAL
Tél. 02 43 91 50 32 - Fax 02 43 91 50 34

ADIJES : 2 place François Mitterrand - 85000 LA ROCHE-SUR-YON
Tél. 0 890 711 220 (0,15€ ttc/min) - Fax 02 51 44 88 71

DACC : 2 square Gaston Allard - 49000 ANGERS
Tél. 02 41 88 25 87 - Fax 02 41 86 15 31

INTER CE CHOLETAIS : 39 rue des vieux greniers - 49300 CHOLET
Tél. 02 41 58 84 08 - Fax 02 41 56 13 87

POITOU-CHARENTES

CREDES : Bd François Arago - Parc des colonnes vertes - 79180 CHAURAY
Tél. 05 49 76 80 90 - Fax 05 49 73 40 08

CREDES : 100 rue Victor Hugo - ZI n°3 - BP 70641
16340 L'ISLE D'ESPAGNAC - Tél. 05 45 90 66 39 - Fax 05 45 90 66 87

CREDES : Rue Pasteur - ZI de Perigny - BP 90043 - 17183 PERIGNY
Tél. 05 46 68 25 22 - Fax 05 46 68 92 91

CREDES : ZA de Chalembert - 6 rue Blaise Pascal (bât. Artec)
86130 JAUNAY-CLAN - Tél. 05 49 37 29 33 - Fax 05 49 37 29 36

PROVENCE-ALPES-COTE D'AZUR

ACCEL Bouches du Rhône : 81 rue de Rome - 13006 MARSEILLE
Tél. 04 91 33 48 99 - Fax 04 91 33 59 83

ACCEL Vaucluse : 116 rue de la Carreterie - 84000 AVIGNON
Tél. 04 90 86 56 56 - Fax 04 90 82 60 00

RHONE-ALPES

INTER CE 69 : 8 place des Terreaux - 69001 LYON
Tél. 04 78 39 89 93 - Fax 01 34 29 61 56

ALIACES Pays de Savoie : 12 rue de la République - 74000 ANNECY
Tél. 04 50 45 32 81 - Fax 04 50 51 59 68

CLIC : 2 boulevard Joliot Curie - 01000 BOURG-EN-BRESSE
Tél. 04 74 22 53 73 - Fax 04 74 24 61 05

ICENA : Maison des services publics, place de la liberté - 07100 ANNONAY
Tél. 04 75 32 03 06 - Fax 04 75 69 78 49

INTER CE 42 : 5 rue Barrouin - 42000 SAINT-ETIENNE
Tél. 04 77 79 93 86 - Fax 04 77 92 59 92

Un service exclusif Cezam

Porteur de la carte Cezam, vous bénéficiez automatiquement de l'assurance «VOYAGES SPORTS CULTURE». C'est un produit unique qui vous offre une couverture grand angle pour vos loisirs. Il s'agit d'un service exclusif élaboré conjointement par Cezam et la MACIF.

Votre indemnisation obéit à des principes simples :

- un **plafond** garanti par **carte** de **500 €**, multiplié autant de fois que de cartes détenues par les membres de votre famille participant à l'activité,
- vos bagages, matériel de camping, matériel de sport sont évalués au prix de leur valeur de remplacement au jour du sinistre, vétusté déduite à raison de 10 % par an, maximum 70 % et minimum 50 €,
- pas de franchise.

PENDANT VOS VOYAGES OU SEJOURS, VOUS BENEFICIEZ DES GARANTIES SUIVANTES

Vos bagages

Lorsqu'ils sont volés ou endommagés, vous êtes indemnisé dans les cas suivants :

- quand ils ont été remis contre récépissé à une entreprise de transport,
- quand ils se trouvent dans les locaux et mobile homes que vous occupez pendant votre séjour,
- quand ils sont renfermés dans votre véhicule - y compris les caravanes, camping-cars et coffres de toit - lui-même volé ou endommagé (sauf s'il est stationné sur la voie publique entre 21 h et 6 h du matin).

En cas d'agression sur la personne, vos objets et effets personnels sont également garantis.

Attention : les objets précieux (bijoux, fourrures…), les espèces, billets, titres et valeurs, cartes de crédit, le matériel photographique, informatique, de reproduction du son et de l'image, de déplacement et de navigation (GPS) ainsi que les téléphones portables ne sont pas garantis.

Votre matériel de camping

Vous êtes indemnisé des pertes ou dommages subis sur votre tente et votre matériel de camping à la suite de tout fait accidentel (incendie, explosion…), de toute conséquence des forces de la nature (tempête, inondation…), d'un vol ou d'une tentative de vol, survenus sur des terrains spécialement aménagés.

Vos papiers personnels : passeport, permis de conduire et carte grise

En cas de vol ou de perte, vous êtes indemnisé sur justificatifs et sur présentation d'un récépissé de dépôt de plainte ou déclaration de perte.

Annulation de séjour

Si vous avez réservé un séjour de plus de 2 nuits dans un gîte, camping ou chambre d'hôte auprès d'un particulier et que celui-ci ne vous a pas proposé d'assurance annulation :

En cas de décès, d'accident, de maladie ou de grossesse difficile, en raison d'un licenciement économique ou d'une mutation professionnelle, ou bien d'un sinistre grave affectant vos locaux privés ou professionnels nécessitant impérativement votre présence pendant la période prévue du séjour, vous êtes remboursé des frais d'annulation sur la base de l'acompte versé et ce, dans la limite d'un plafond maximal de 500 €.

Interruption de séjour

Lorsqu'un accident, une maladie, un décès, ou bien un sinistre dans vos locaux privés ou professionnels vous oblige à quitter définitivement votre lieu de vacances avant la fin de votre séjour, vous êtes remboursé, à compter du lendemain de votre départ, à concurrence de 50 € par nuit, des frais d'hôtel ou de location non consommés.
Les garanties annulation et interruption de séjour s'appliquent également lorsque vous devez anticiper votre retour par suite de maladie, d'accident ou décès d'un proche.

POUR VOS ACTIVITES DE SPORTS DETENTE, VOUS BENEFICIEZ DES GARANTIES SUIVANTES

Pour le matériel qui vous appartient ou que vous louez, nécessaire à la pratique de tout sport hors compétition, vous êtes indemnisé à concurrence d'un plafond de 500 € par objet, en cas :

- de bris consécutif à un accident, un incendie, explosion…
- de vol par effraction :
  - des locaux que vous occupez sur votre lieu de vacances (mobile home compris),
  - de votre véhicule (y compris camping-car, caravane) et du coffre de toit,
- du vol de votre bicyclette immobilisée à un poste fixe par un dispositif anti-vol survenu pendant vos activités de loisirs.

Attention : l'ensemble de l'équipement constitue un seul et même objet ; les vêtements, les combinaisons de ski, les chaussures et effets personnels sont exclus ; le matériel n'est pas garanti lorsqu'il se trouve dans votre résidence principale ou secondaire. Le vol de la bicyclette n'est pas garanti lorsqu'il est survenu à votre domicile ou sur votre lieu de villégiature, ou lorsque votre bicyclette est utilisée pour vous rendre à votre travail ou sur un lieu de formation.
Pour les **activités sportives** programmées ou pratiquées sur le lieu ou pendant le séjour (cours, forfaits de ski, stages de tennis, d'équitation…) d'une durée supérieure à 3 jours, interrompues à la suite d'un accident, maladie ou décès, vous êtes remboursé sur justificatifs à concurrence de 25 € par jour et par adhérent à compter du lendemain du jour de l'interruption.

POUR LES SPECTACLES VOUS BENEFICIEZ DE LA GARANTIE SUIVANTE

Vos billets de spectacles et d'événements sportifs vous sont remboursés à concurrence de 50 € par personne si vous ne pouvez pas y assister à cause d'un accident, d'une maladie ou d'un décès.
Attention : les abonnements ne sont pas remboursés

QUE DEVEZ-VOUS FAIRE EN CAS DE SINISTRE ?

- Adresser dans les 8 jours votre déclaration à votre CE ou à votre Inter CE.
- Indiquer dans votre déclaration :
  - la date et les circonstances,
  - vos autres assurances personnelles qui peuvent intervenir pour le même dommage
- Joindre la photocopie des cartes Cezam détenues par la famille et en cas de vol ou de perte, le dépôt de plainte ou de perte.

Selon la nature du sinistre, la MACIF pourra vous demander la communication de pièces complémentaires.

Pour en savoir plus sur le contrat « Assurance Voyages - Sports - Culture », prenez connaissance de la notice d'information en ligne sur le site internet Cezam : www.cezam.fr, prenez contact avec votre CE ou association Inter CE

Culture

- Prix littéraire
- Spectacles
- Sites touristiques et musées
- Abonnements lecture
- Cinémas

Dans notre guide, vous identifierez :

- le tarif Cezam **en gras**
- le tarif public (entre parenthèses).

Tous nos partenaires offrent l'avantage à carreau ◆
(réduction sur simple présentation de votre carte Cezam).

Le prix Littéraire Inter Comités d'Entreprise

Vous aussi vous pouvez y participer.

Les associations inter-CE du réseau Cezam organisent un prix littéraire original où chaque lecteur (Vous !) devient juré. L'ensemble des votes collectés permet de décerner un prix national.

Les objectifs

- Développer la lecture et les échanges entre les salariés à l'intérieur de l'entreprise.
- Proposer des rencontres entre les lecteurs et avec des auteurs.
- Favoriser la découverte de romans et d'auteurs contemporains (parus en 2009)
- Souligner le travail des petites et moyennes maisons d'édition.

La sélection 2009

Sebastian BARRY	*Le testament caché*
Hervé COMMERE	*J'attraperai ta mort*
Sarah DARS	*Des myrtilles dans la yourte*
Fabrice HUMBERT	*L'origine de la violence*
Ahmed KALOUAZ	*Avec tes mains*
Marie-Hélène LAFON	*L'annonce*
Liliana LAZAR	*Terre des affranchis*
Milena MAGNANI	*Le cirque Chaviré*
Alberto ONGARO	*La Partita*
Martin ŠMAUS	*Petite, allume un feu…*

Le principe

- vous lisez au minimum 3 des 10 livres de la sélection
- vous attribuez ensuite une note de 10 à 1 pour chaque livre lu
- vous remettez votre fiche de notation à votre CE

Renseignements et documentation auprès de votre CE

Bonne lecture à tous …

Spectacle

• Conférences •

Calvados

◆CONNAISSANCE DU MONDE, Caen - ✆ 02 31 85 25 16

La place adulte	**7,20 €**	(9,00 €)
Abonnement 7 conférences adulte	**44,00 €**	(54,00 €)
La place scolaire, étudiant	**4,50 €**	(9,00 €)
Abonnement 7 conférences scolaire	**27,00 €**	(54,00 €)

Les conférences se déroulent au Centre des Congrès.
Pour connaître les sujets d'octobre, novembre et décembre 2010, contactez le centre d'animation de la Prairie.

les sujets de l'année 2010
CONNAISSANCE DU MONDE
A L'ECRAN, UN FILM - SUR SCENE, L'AUTEUR
NORVEGE Chronique d'un été sans fin
mercredi 6 et jeudi 7 JANVIER 2010
MON QUEBEC Espaces et Découvertes
mercredi 10 et jeudi 11 FEVRIER 2010
PORTUGAL Un balcon sur l'océan
mercredi 3 et jeudi 4 MARS 2010
MACAO Réalité chinoise... Nostalgie portugaise
mercredi 7 et jeudi 8 AVRIL 2010
tarifs ACEA et CARTE CEZAM
Conférence Centre des Congrès - CAEN
La Prairie
CENTRE D'ANIMATION
11, avenue Albert Sorel 14000 CAEN 02 31 85 25 16
www.la-prairie.com

Manche

◆CONNAISSANCE DU MONDE, Cherbourg-Octeville
✆ 02 33 22 58 54

La place	**7,00 €**	(7,80 €)

Les conférences se déroulent au cinéma l'Odéon.

◆CONNAISSANCE DU MONDE, Saint-Lô - ✆ 06 12 74 31 35

La place scolaire	**4,00 €**	(8,00 €)
La place adulte	**7,00 €**	(8,00 €)

Les conférences se déroulent au centre culturel.

• Ecriture •

Calvados

◆C'EST QUOI CE BAZ... ART ? BOUTIQUE D'ECRITURE, Caen
✆ 06 83 72 79 66

Ateliers d'écriture créative. L'adhésion de 20 € est à ajouter.

Nouvelle	Tarif réduit
Stage week-end	Tarif réduit
Atelier enfant (7 à 12 ans)	Tarif réduit

• Festivals •

Tous les festivals partenaires de l'ICEA BN vous seront présentés en juin dans le **« guide des festivals et manifestations culturelles en Basse-Normandie »**.

Manche

◆JAZZ SOUS LES POMMIERS, Coutances - ✆ 02 33 76 78 50
Du 8 au 15 mai 2010. Concerts de jazz, blues…
Ouverture de la billetterie le 5 avril 2010.

Tarif CE sur présentation de la carte Cezam

◆VAL DE SAIRE DE JAZZ, Fermanville - ✆ 02 33 54 61 12
Concerts de jazz les 29 juillet, 5 et 12 août 2010.
Tarif réduit sur présentation de la carte Cezam

• Foire Expositions •

Orne

◆ORN'EXPO, Alençon - ✆ 02 33 26 23 98
81e foire nationale d'Alençon, du 24 février au 1er mars au Parc Expo.
La place adulte **3,00 €** (4,00 €)

• Spectacles, variétés, concerts •

Calvados

◆BIG BAND CAFE, Hérouville Saint-Clair - ✆ 02 31 47 96 13
Concerts de musiques actuelles. Pas de tarif réduit le jour du spectacle.
Tarif CE sur présentation de la carte Cezam

◆DOMAINE DE LA BARONNIE, Bretteville-sur-Odon
✆ 02 31 75 00 21
Spectacles pour tous publics.
La place adulte **15,00 €** (20,00 €)

◆LA DOUBLE CROCHE, Lisieux - ✆ 02 31 62 02 08
Salle de concert
Selon les spectacles, différents tarifs **4,50 €** (5,00 €)
6,00 € (7,00 €)
8,50 € (10,00 €)

◆SOUBOCK, Cauville - ✆ 02 31 25 00 65
Café concert, musique traditionnelle, folk, rock, blues, country…
La place de spectacle Réduction de **2€**

◆L'ENSEMBLE DE BASSE-NORMANDIE, Mondeville
✆ 02 31 82 05 00
Mail : orchestredebassenormandie@lensemble.com
Site: www.lensemble.com
Tarif réduit sur présentation de la carte Cezam

L'ENSEMBLE
DE BASSE-NORMANDIE
Retrouvez tous les concerts symphoniques
et spectacles musicaux présentés par l'Orchestre
lors de sa saison 2009/2010
www.lensemble.com
renseignements et réservations 02 31 82 05 00

◆ ORCHESTRE DE CAEN - ✆ 02 31 30 46 86

Tarif CE sur présentation de la carte Cezam

La saison offre plus de 50 rendez-vous de septembre à juin : concerts, récitals, musique de chambre, musique vocale, jazz…
Afin de rendre la venue au concert aussi évidente que l'adhésion à un club sportif, l'Orchestre de Caen programme les concerts à jour et heure fixe ; le mardi à 20 heures.

LE CARGO ET ZENITH DE CAEN

Programmation des spectacles sur www.lecargo.fr et www.zenith-caen.fr. Selon le spectacle, vous devez vous adresser à la société City Live ou société 1er Rang. Pour la Basse-Normandie, vous pouvez retirer vos billets à l'agence Crédit agricole la plus proche de chez vous sans frais. Précisez le nom de l'agence à la réservation des billets.

Attention ! Le nombre de places au tarif CE est limité.

◆ CITY LIVE, Caen - ✆ 08 91 67 00 17 (0,225 €/minute)

Tarif CE sur présentation de la carte Cezam

Ce tarif est accordé à chaque porteur de la carte nominative sur place : achat des billets à City Live au 93 Boulevard Yves Guillou à Caen.
Le tarif Cezam est également accordé pour les spectacles de Rouen, Le Havre et Le Mans.

◆ 1ER RANG, Caen - ✆ 02 31 50 32 30

Tarif CE sur présentation de la carte Cezam

Ce tarif est accordé à chaque porteur de la carte nominative :
- sur place : achat des billets à 1er Rang, 18 Place St Sauveur à Caen
- par courrier : vous envoyez votre commande avec le règlement correspondant à 1er Rang, 18 Place St Sauveur 14000 Caen. Vous devez joindre à cette commande les copies de vos cartes Cezam (1 carte = 1 place).

Manche

◆BREHAL ANIMATION, Saint-Martin-de-Bréhal
✆ 02 33 91 96 93

Découverte de nouveaux talents : Carmen Maria Vega, Vincent Gaffet, Guerilla Poubelle, Yves Lambert et Bebert orchestra, Charlotte Marin…

La place **11,00 €** (13,00 €)

Orne

◆LA LUCIOLE, Alençon - ✆ 02 33 32 83 33

Scène de musiques actuelles : Pop-rock, jazz, folk...

La carte d'abonné **8,00 €** (10,00 €)

L'abonnement (nominatif) permet d'obtenir tous les avantages suivants : -30 à -40% sur le prix des places plein tarif, priorité de réservation pendant une semaine, le CD compilation de la saison, un concert découverte gratuit, l'envoi du programme à domicile et des réductions sur l'ensemble des activités initiées par la Luciole.

• Structures culturelles, théâtres •

Calvados

◆COMEDIE DE CAEN, Centre Dramatique National de Normandie, Hérouville-Saint-Clair - ✆ 02 31 46 27 27

Théâtre, créations, spectacles jeune public… Voir page 17.

La place **16,00 €** (20,00 €)

◆CREA, Mondeville - ✆ 02 31 84 19 53

Tarif CE sur présentation de la carte Cezam

◆ESPACE JEAN VILAR, Ifs - ✆ 02 31 82 72 72

Marionnettes, magie, musique, humour, cirque musical…

La place **12,00 €** (13,00 €)

◆LE FORUM, Falaise - ✆ 02 31 90 89 60

Clown, danse, théâtre, musique… Réservation conseillée.

Selon les spectacles, différents tarifs **7,00 €** (9,00 €)
10,00 € (12,00 €)
13,00 € (15,00 €)
15,00 € (17,00 €)

◆PANTA THEATRE, Caen - ✆ 02 31 85 15 07

Création, reprise, festival des écritures contemporaines …

La place **9,00 €** (13,00 €)

◆LE PREAU, Centre Dramatique Régional de Vire
✆ 02 31 66 16 00

Théâtre, théâtre jeune public, ciné-concerts, danse ...

La place **10,00 €** (15,00 €)

◆TANDEM, Centre d'animation Beaulieu Maladrerie, Caen
✆ 02 31 29 54 54

Saison Culturelle d'octobre à juin - concerts, théâtre, danse, spectacles jeune public, festivals… Possibilité de Résidence Création et d'organisation d'évènements en partenariat.

La place de spectacle **6,00 €** (8,00 €)

◆STUDIO 50, Caen - ✆ 06 85 66 77 74
Valoriser les nouvelles créations des compagnies, les choix sont basés sur la rencontre et l'échange

-10 % sur présentation de la carte Cezam

◆THEATRE DE CAEN - ✆ 02 31 30 48 00
Concerts, danse, cirque, théâtre...

Tarif CE sur présentation de la carte Cezam

Manche

◆ESPACE CULTUREL BUISSON, Tourlaville - ✆ 02 33 20 44 54
Théâtre, danse, chanson…

La place	**10,00 €**	(13,00 €)
L'abonnement (4 spectacles minimum)	**7,00 €**	(9,00 €)

◆THEATRE MUNICIPAL D'AVRANCHES - ✆ 02 33 68 33 27
Danse, chanson, théâtre, opéra …

Tarif groupe sur présentation de la carte Cezam

◆THEATRE DES MIROIRS, La Glacerie - ✆ 02 33 88 43 03
Opérette, boulevard, danse, théâtre…

Selon les spectacles, différents tarifs	**8,00 €**	(10,00 €)
	10,00 €	(12,00 €)
	12,00 €	(15,00 €)

◆THEATRE MUNICIPAL DE COUTANCES - ✆ 02 33 76 78 50
Chanson jeune public, théâtre, danse …

Tarif CE sur présentation de la carte Cezam

◆THEATRE ROGER FERDINAND, Saint-Lô - ✆ 02 33 57 11 49
Spectacles musicaux, arts gestuels, humour, théâtre…

Tarif réduit sur présentation de la carte Cezam

◆LE TRIDENT, Scène Nationale de Cherbourg-Octeville
✆ 02 33 88 55 55
Théâtre, musique, danse, cirque. Le Trident propose chaque saison une programmation pluridisciplinaire, des créations et des temps forts : Programme détaillé et achat en ligne sur www.trident-scenenationale.com.

Tarif B	**20,00 €**	(25,00 €)
Tarif C	**17,00 €**	(21,00 €)

Orne

◆CASINO, Bagnoles de l'Orne - ✆ 02 33 37 84 00
Pour les spectacles du casino

Tarif réduit sur présentation de la carte Cezam

◆ODC DE L'ORNE, Saison culturelle de Domfront
✆ 02 33 38 56 66
Chanson, musique classique, …

La place	**10,00 €**	(15,00 €)

◆SAISON CULTURELLE D'ARGENTAN - ✆ 02 33 35 99 21
Concert, musiques du monde, théâtre, danse…

-15 % sur présentation de la carte Cezam pour tous les spectacles sauf les "spectacles découverte" (catégorie A)

◆THEATRE DE LA BODERIE, Sainte-Honorine-la-Chardonne
✆ 02 33 65 90 46
Spectacles jeune public, chanson, poésie, musique…

La place	**6,00 €**	(8 ou 10,00 €)

COMÉDIE DE CAEN

CENTRE DRAMATIQUE NATIONAL DE NORMANDIE

OUVERTURE DE LA SAISON 2009 / 2010

Toute la programmation, des photos, des vidéos, sur
www.comediedecaen.com

Réservation
par téléphone : 02 31 46 27 29
par mail : accueil@comediecaen.fr
sur notre site : www.comediecaen.fr

Théâtre d'Hérouville
1, square du Théâtre • 14200 Hérouville Saint-Clair

Théâtre des Cordes
32, rue des Cordes • 14000 Caen

Orne

◆SCENE NATIONALE 61, Alençon, Flers, Mortagne
✆ 02 33 29 16 96
Cirque, danse, théâtre, musique…
Tout le programme est disponible sur : www.scenenationale61.com

La place	**17,00 €**	(20,00 €)

• Spectacles historiques, sons et lumières •

Orne

◆« LE TRESOR MAUDIT», Bellême - ✆ 02 33 25 23 23
Spectacle vivant nocturne au Parc du Vigan.
Dates des spectacles : 9, 10, 16, 17, 23, 24, 30 et 31 juillet 2010, 6 et 7 août 2010

La place enfant - de 12 ans	**3,00 €**	(4,00 €)
La place enfant de 12 à 18 ans	**6,00 €**	(8,00 €)
La place adulte	**8,00 €**	(11,00 €)

Eure

◆« LES FLAMMES DU SOUVENIR », Epreville-en-Lieuvin
✆ 02 32 42 09 16
Spectacle historique de nuit joué et chanté en direct
Dates des spectacles : 9, 10, 13, 16, 17, 23, 24, 30 et 31 juillet 2010

La place enfant de 3 à 10 ans	**7,20 €**	(8,00 €)
La place enfant de 11 à 22 ans	**11,70 €**	(13,00 €)
La place adulte	**16,20 €**	(19,00 €)

Sites touristiques et Musées

Calvados

◆ARROMANCHES 360 - ✆ 02 31 22 30 30
Cinéma circulaire (9 écrans) projetant un film exceptionnel sur le débarquement des alliés en Normandie.

Entrée enfant de 10 à 18 ans	**3,00 €**	(3,70 €)
Entrée adulte	**3,50 €**	(4,20 €)

◆AUTOMATES AVENUE, Falaise - ✆ 02 31 90 02 43
Le musée magique des acteurs mécaniques.

Entrée enfant de 4 ans à 13 ans	**3,00 €**	(4,50 €)
Entrée adulte	**3,50 €**	(6,00 €)

◆COOPERATIVE D'ISIGNY STE MERE, Isigny-sur-Mer
✆ 02 31 51 33 88
Visite guidée des ateliers de fabrication et transformation du lait en beurre, crème, Camembert ou Pont l'Evêque AOC.

Entrée enfant de 6 ans à étudiant	**Gratuite** pour une payante	
Entrée adulte	**2,00 €**	(3,00 €)

◆HARAS D'ECAJEUL, Le Mesnil Mauger - ✆ 02 31 63 47 34
Visite guidée du haras + goûter

Enfant de 12 à 16 ans	**2,00 €**	(3,00 €)
Entrée adulte	**5,00 €**	(6,00 €)

Visite gratuite pour les - de 12 ans.

◆MAISON DE LA BALEINE, Luc sur Mer - ✆ 02 31 97 55 93
Exposition du squelette d'une baleine de 40 tonnes et de 19 mètres de long échouée à Luc sur Mer en 1885. Gratuit pour les moins de 4 ans.

Entrée enfant de 4 à 12 ans	**1,00 €**	(1,50 €)
Entrée adulte	**2,00 €**	(3,00 €)

◆MUSEE DES BALLONS, Balleroy - ✆ 02 31 21 60 61
L'histoire de l'aérostation à travers des maquettes, des photographies et des objets insolites.

Entrée enfant de 7 ans à étudiant	**Gratuit**	(3,50 €)
Entrée adulte	**Gratuit**	(4,50 €)

◆LE MEMORIAL DE CAEN - ✆ 02 31 06 06 45`
www.memorial-caen.fr
Au printemps 2010, les espaces du Mémorial consacrés à la Seconde Guerre mondiale seront entièrement renouvelés en tenant compte des dernières recherches historiques.
Possibilité de visites guidées avec audiophones (en supplément 5€) pendant les vacances scolaires. Idéal pour profiter de la visite, les audiophones améliorent le confort et l'intérêt de votre visite.
Venez découvrir nos nouvelles expositions en 2010 :
- **« 20e anniversaire de la chute du Mur de Berlin »** dès novembre 2009
- **« Dessins pour la Paix »** à partir du 30 janvier 2010
- **« Les photographes de Magnum sur le front de la Seconde Guerre mondiale »** de mars à juin 2010
- **« Victoire »** de juin à décembre 2010

Entrée adulte	**11 € à 13,20 €**	(16 € à 17,50 €)
Entrée enfant de 10 à 18 ans	**7 € à 8 €**	(14 € à 15 €)
Enfant - de 10 ans	**Gratuit**	

◆MUSEE DE LA BATTERIE DE MERVILLE, Merville-Franceville
✆ 02 31 91 47 53
Découverte d'un des hauts lieux du 6 juin, ce site historique est totalement préservé. Nouvel espace muséographique.

Entrée enfant de 6 à 16 ans	**2,50 €**	(3,00 €)
Entrée adulte	**4,00 €**	(5,00 €)

◆MUSEE DES BEAUX-ARTS, Caen - ✆ 02 31 30 47 70
Le musée des Beaux-Arts de Caen est l'un des plus importants en matière de peinture européenne des XVIe et XVIIe.
L'accès aux collections permanentes est gratuit. (cf p.23)

Expositions temporaires	**Tarif réduit**

◆MUSEE DE NORMANDIE, Caen - ✆ 02 31 30 47 60
www.musee-de-normandie.eu
Le Musée de Normandie illustre l'évolution des hommes sur le territoire de toute la Normandie, des origines à nos jours. Expositions temporaires dans les «Salles du Rempart». Livrets-jeux, visites guidées, ateliers, conférences, centre de documentation, boutique… (voir page 21)
Exposition juin-octobre 2010 : « Pierre de Caen »
Tarif réduit sur présentation de la carte Cezam

◆MUSEE RADAR ALLEMAND, Douvres-la-Délivrande
✆ 02 31 37 74 43
Musée consacré à l'histoire du radar dans l'ancienne station de surveillance de Douvres la Délivrande.

Entrée enfant et adulte	**3,50 €**	(5,50 €)
Gratuit pour les moins de 11 ans.		

◆TAPISSERIE DE BAYEUX - ✆ 02 31 51 25 50
La Tapisserie de Bayeux, chef d'oeuvre unique au monde réalisé au 11e siècle. Elle conte la conquête de l'Angleterre en 1066 par Guillaume le Conquérant.

Entrée enfant de 10 ans à étudiant	**3,80 €**	
Entrée adulte	**6,80 €**	(7,80 €)

Manche

◆L'ART DU BOIS, Remilly-sur-Lozon - ✆ 02 33 55 30 11
Dans le Château de Montfort, des oeuvres insolites à taille réelle entièrement sculptées bois. Tarif pour la visite du musée et du château.

Entrée enfant jusqu'à 10 ans	**Gratuit**	(2,00 €)
Entrée enfant de 10 à 14 ans	**2,00 €**	
Entrée adulte	**3,50 €**	(4,00 €)

Musée de Normandie

Un musée de toute la Normandie

Expo
juin-octobre 2010

Pierre de Caen

Château-Caen

Tél. : 02 31 30 47 60
www.musee-de-normandie.eu

CAEN

◆ATELIER DU CUIVRE, Villedieu-les-Poêles - ✆ 02 33 51 31 85
Techniques modernes et passées de cet artisanat séculaire.

Entrée enfant de 8 à 16 ans	**3,50 €**	
Entrée adulte	**5,00 €**	(5,20 €)
Billet jumelé avec la Maison de l'étain		
Entrée enfant de 8 à 16 ans	**5,00 €**	
Entrée adulte	**8,50 €**	(9,00 €)

◆BATTERIE D'AZEVILLE - ✆ 06 63 11 60 20
Souterrains et bâtiments restés intacts depuis la 2nde guerre mondiale.

Entrée enfant de 7 ans à 15 ans	**1,75 €**	
Entrée adulte	**2,70 €**	(4,20 €)

◆LA CITE DE LA MER, Cherbourg-Octeville - ✆ 02 33 20 26 69
www.citedelamer.com **2010 une année riche en nouveauté**
Située dans l'ancienne gare maritime transatlantique de Cherbourg, La Cité de la Mer est le parc à thème sur les grandes profondeurs océaniques. Découvrez « Le Redoutable », le plus grand sous-marin visitable au monde, l'Aquarium Abyssal, le plus profond d'Europe et on a marché sous la mer, une aventure virtuelle à la découverte des paysages d'oasis sous-marines et de créatures prodigieuses. Offre valable sur le parcours complet dans la limite des places disponibles.

Entrée enfant de 5 ans à 17 ans	**9,50 €**	(13,00 €)
Entrée adulte	**14,50 €**	(18,00 €)

Gratuit pour les moins de 5 ans.
Pour des raisons de sécurité, les enfants de moins de 5 ans n'ont pas accès à la visite du sous-marin Le Redoutable.

◆FERME MUSEE DU COTENTIN, Sainte-Mère-Église
✆ 02 33 95 40 20
Collection de charrues régionales. Cette ferme est rendue très vivante par les animaux de race locale (ânes du Cotentin, …).

Entrée enfant de 7 ans à 15 ans	**1,75 €**	
Entrée adulte	**2,70 €**	(4,20 €)

◆LA FERME MUSICALE, Lessay - ✆ 02 33 07 41 72
C'est l'histoire de la fabrication des instruments à vents de la renaissance à nos jours avec les plus grands fabricants français : Leblanc, Selmer, Buffet-Crampon, SML-Courtois, etc. Visite de l'atelier de lutherie.

Entrée enfant de 6 à 12 ans	**5,00 €**	(6,00 €)
Entrée adulte	**7,00 €**	(8,00 €)

Gratuit pour les moins de 6 ans.

◆FROMAGERIE REO, Lessay - ✆ 02 33 46 41 33
Visite des ateliers de fabrication, moulage, emprésurage, des hâloirs, de la cave d'affinage et de la chaîne d'emballage, du camembert Réo.

Entrée adulte	**2,20 €**	(2,55 €)

Gratuit pour les enfants jusqu'à 14 ans.

Musée des Beaux-Arts de Caen

www.mba.caen.fr 02 31 30 47 70

expositions

octobre 2009 - septembre 2010

Le Semeur, Millet
15 mars 2009 > 5 janvier 2010

Fragonard, dessinateur
Collection du musée des Beaux-Arts
et d'Archéologie de Besançon
17 octobre 2009 > 18 janvier 2010

Damoclès, Thomas Couture
L'œuvre en question 6
28 octobre 2009 > 31 janvier 2010

Jacob Riis (1849-1914)
Collection du Museum of the City of New York
Dans le cadre du festival Les *Boréales*
12 novembre 2009 > 25 janvier 2010

Et à partir de là.
Dessins, estampes et vidéos de Christine Crozat
20 novembre 2009 > 28 février 2010

Trésors de l'Accademia Carrara de Bergame
De Botticelli à Guardi
Mars > septembre 2010

L'estampe impressionniste
4 juin > 5 septembre 2010

◆ LUDIVER, Observatoire planétarium du Cap de la Hague Beaumont-Hague - ✆ 02 33 78 13 80

Découverte d'univers fascinants et insoupçonnés.

Entrée enfant de 7 à 18 ans	**4,80 €**	(5,50 €)
Entrée adulte	**6,40 €**	(7,50 €)

◆ MAISONS DE LA BAIE DU MONT-SAINT-MICHEL

• Relais de Courtils - ✆ 02 33 89 66 00

Muséographie « La Naissance de la Baie », découverte des phénomènes qui ont participé à l'évolution de la Baie.

• Relais de Vains St Léonard - ✆ 02 33 89 06 06

Muséographie « La Vie dans la Baie », espaces consacrés à l'évolution de l'écosystème de la Baie au fil des saisons.

Entrée enfant de 7 ans à 15 ans	**1,75 €**	
Entrée adulte	**2,70 €**	(4,20 €)

◆ MAISON DE LA BRIQUE, Saint-Martin-d'Aubigny ✆ 02 33 07 61 95

Musée retraçant l'histoire du métier de briquetier, de la brique et de son utilisation en Basse-Normandie.

Entrée adulte	**2,30 €**	(3,00 €)

◆ LE MOULIN A VENT DU COTENTIN, Fierville-les-Mines ✆ 02 33 53 38 04

Présentation de savoir faire : la culture des céréales, la meunerie …

Entrée enfant de 6 à 12 ans	**1,50 €**	
Entrée adulte	**3,00 €**	(4,00 €)

◆ MUSEE DU BOCAGE NORMAND - FERME DE BOISJUGAN, Saint-Lô - ✆ 02 33 56 26 98

Présentation de la formation du Bocage, l'évolution des pratiques agricoles de 1800 à nos jours, l'élevage du cheval et de la vache. Musée gratuit chaque 1er dimanche du mois. (Tarifs 2009)

Entrée enfant et adulte	**3,95 €**	(4,70 €)
Gratuit pour les moins de 12 ans.		

◆ MUSEE DE L'EAU-DE-VIE ET DES VIEUX METIERS, Valognes ✆ 02 33 40 26 25

Outils, matériels, machines et mobilier sur l'art de distiller, le travail de la pierre, du fer et l'art du cuir. 18 métiers sont présentés.

Entrée enfant	**Gratuit**	(2,00 €)
Entrée adulte	**2,00 €**	(4,00 €)

◆ MUSEE DU GRANIT, Saint-Michel-de-Montjoie ✆ 02 33 59 02 22

Mémoire de la grande période des carrières de Saint-Michel-de-Monjoie et de ce savoir-faire ancestral.

Entrée enfant de 7 ans à 15 ans	**1,75 €**	
Entrée adulte	**2,70 €**	(4,20 €)

◆ MUSEE MARITIME, Regnéville-sur-Mer - ✆ 02 33 46 82 18

Découverte d'un ensemble de 4 fours à chaux et du processus de transformation du calcaire en chaux.

Entrée enfant de 7 ans à 15 ans	**1,75 €**	
Entrée adulte	**2,70 €**	(4,20 €)

◆ MUSEE REGIONAL DE LA POTERIE, Ger - ✆ 02 33 79 35 36

Présentation des différentes activités des anciens potiers.

Entrée enfant de 7 ans à 15 ans	**1,75 €**	
Entrée adulte	**2,70 €**	(4,20 €)

◆ MUSEE REGIONAL DU CIDRE, Valognes - ✆ 02 33 40 22 73

Cinq siècles d'histoire à travers les pressoirs, poteries, meubles et costumes normands des 18e et 19e siècles.

Entrée enfant	**Gratuit**	(2,00 €)
Entrée adulte	**2,00 €**	(4,00 €)

◆MUSEE MARITIME DE L'ILE TATIHOU, Saint-Vaast-la-Hougue
✆ 02 33 23 19 92

Collection d'objets des épaves de la Hougue qui témoigne de la vie à bord des grands vaisseaux de Louis XIV.

Entrée enfant de 3 à 11 ans	**3,20 €**	
Entrée adulte	**6,20 €**	(7,80 €)

Tarif pour l'aller-retour sur l'île Tatihou, l'entrée au musée maritime et la visite de la Tour Vauban.

◆SCRIPTORIAL D'AVRANCHES - ✆ 02 33 79 57 00

Musée des manuscrits du Mont Saint-Michel.

Entrée	**5,00 €**	(7,00 €)

◆LE SEMAPHORE DE FERMANVILLE - ✆ 02 33 54 37 20

L'histoire et les instruments de l'activité sémaphorique depuis le XIXe. C'est le seul équipement de ce type ouvert en France.

Entrée	**2,00 €**	(3,00 €)

◆LE VILLAGE DES ANNEES 30, Saint-Martin-d'Aubigny
✆ 02 33 46 74 98

La vie de nos aïeux dans un village du début du 20e siècle avec ses machines, outils, … Gratuit pour les moins de 6 ans.

Entrée enfant de 6 à 12 ans	**2,00 €**	(2,30 €)
Entrée adulte	**3,00 €**	(3,80 €)

Orne

◆FERME « PRESIDENT », Camembert - ✆ 02 33 36 06 60

Ferme du 18e siècle où est retracée l'histoire du camembert (différents types de fabrication), et du Pays d'Auge.

Entrée enfant de 11 à 16 ans	**1,00 €**	
Entrée adulte	**2,00 €**	(2,50 €)

◆MUSEE DU CHATEAU DE FLERS - ✆ 02 33 64 66 49

Situé au cœur d'un parc arboré, le château de Flers est bordé sur trois côtés par des douves et un petit étang. Le château renferme de belles collections permanentes

Tarif réduit sur présentation de la carte Cezam
Gratuit pour les moins de 18 ans

◆MAISON DES DENTELLES, Argentan - ✆ 02 33 67 50 78

Découvrez une riche collection de dentelles, notamment à l'aiguille au Point d'Argentan, dans cette ancienne maison bourgeoise du 19e siècle

Entrée enfant et adulte	**2,50 €**	(3,20 €)

Maison des Dentelles
Maison des dentelles ☎ 02 33 67 50 78
maisondesdentelles@argentan.fr
Office municipal de Tourisme ☎ 02 33 67 12 48
tourisme@argentan.fr www.argentan.fr

◆MUSEE DE LA DAME AUX CAMELIAS, Gacé - ✆ 02 33 67 08 59
La Dame aux Camélias à travers les films, le théâtre, l'opéra, la télévision.

Entrée enfant de 12 à 15 ans	**0,50 €**	(1,50 €)
Entrée adulte	**2,00 €**	(3,00 €)

◆MUSEE DE DOMPIERRE - ✆ 02 33 38 03 25
Patrimoine minier, métallurgique et ethnologique du bocage bas-Normand.

Entrée enfant de 12 à 18 ans	**Gratuit**	(1,50 €)
Entrée adulte	**2,50 €**	(3,00 €)

◆MUSEE DU JOUET, La Ferté Macé - ✆ 02 33 37 04 08
Collection de jeux et jouets anciens des 19e et 20e siècles. (Tarifs 2009)

Entrée adulte et enfant	**1,55 €**	(3,30 €)
Gratuit pour les moins de 6 ans.		

◆MUSEE DES SAPEURS POMPIERS DE L'ORNE, Bagnoles-de-l'Orne - ✆ 02 33 38 10 34
C'est le premier musée hippomobile de France. Il présente la plus importante collection de pompes à bras.

Entrée enfant de 6 ans à 12 ans	**2,30 €**	
Entrée adulte	**3,05 €**	(3,80 €)

◆MUSEE DES BEAUX-ARTS ET DE LA DENTELLE, Alençon ✆ 02 33 32 40 07
Le musée présente en permanence une galerie de peintures et une collection de dentelles. La section beaux-arts propose des œuvres des écoles française et étrangère du XVe au XXe siècle tandis que l'exposition de dentelles invite à une découverte des principaux centres dentelliers en particulier Alençon avec des pièces exceptionnelles de cette prestigieuse dentelle à l'aiguille.

Entrée gratuite pour les - de 26 ans

Hors exposition temporaire	**2,65 €**	(3,20€)
Pendant exposition temporaire	**3,05 €**	(3,60€)

Calvados

◆CHATEAU DE BALLEROY - ✆ 02 31 21 60 61

Découverte de l'escalier ouvert de Mansart, le salon Louis XIII qui comporte des peintures de grands maîtres, la bibliothèque de style anglais, etc.

Pour le billet jumelé avec le musée des ballons :

Entrée enfant, de 7 ans à étudiant	**5,50 €**	(6,50 €)
Entrée adulte	**6,50 €**	8,00 €)

◆CHATEAU GUILLAUME LE CONQUERANT, Falaise

✆ 02 31 41 61 44

Pour découvrir les donjons, leur histoire et leurs illustres occupants, un parcours audiovisuel montre l'univers étonnant des héros du Moyen Age.

Entrée enfant de 6 à 16 ans	**2,00 €**	(3,00 €)
Entrée adulte	**5,50 €**	(7,00 €)
Gratuit pour les moins de 6 ans.		

◆CHATEAU DE VENDEUVRE - ✆ 02 31 40 93 83

Visite du château, du musée du mobilier miniature, des jardins d'eau « surprises », grotte aux coquillages et labyrinthes.

Entrée enfant de 7 ans à étudiant	**6,50 €**	(7,50 €)
Entrée adulte	**8,50 €**	(9,50 €)

Manche

◆ABBAYE DE HAMBYE - ✆ 02 33 61 76 92

Les bâtiments conventuels préservés et restaurés permettent de retrouver l'esprit austère et serein de la vie monastique.

Entrée enfant de 7 ans à 15 ans	**1,75 €**	
Entrée adulte	**3,20 €**	(4,20 €)

◆ABBAYE DU MONT-SAINT-MICHEL - ✆ 02 33 89 80 00

Surplombant la baie, l'Abbaye du Mont Saint-Michel est un prodige d'architecture inscrit au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Elle rassemble l'église abbatiale, le cloître, le promenoir des moines, le réfectoire,… En été, venez découvrir la Merveille à la tombée de la nuit au gré d'un parcours fait d'ombre, de musique et de lumière. (cf p.29)

Gratuit pour les enfants de moins de 18 ans en famille.

Entrée adulte	**6,50 €**	(8,50 €)

◆CATHEDRALE DE COUTANCES - ✆ 02 33 19 08 10

Visite des parties hautes de la Cathédrale.

Tarif réduit sur présentation de la carte Cezam

◆HARAS NATIONAL DE SAINT-LO - ✆ 02 33 77 88 66

Créé en 1806, son architecture est représentative du début du XIX^{e} siècle. Presque entièrement détruit en 1944, le Haras fut restauré à l'identique après la guerre. Gratuit pour les moins de 6 ans.

Enfant de 6 à 16 ans et étudiant	**2,50 €**	
Adulte	**4,00 €**	(5,00 €)

Orne

◆CHATEAU DE CARROUGES - ✆ 02 33 27 20 32

Ce château de brique, granit et ardoise a appartenu à la même famille du XIV^{ème}, à 1936. Il a conservé son mobilier, de la Renaissance à la Restauration, ses portraits et ses décors (papiers peints décorés à la main) ses parcs et ses jardins.

Gratuit pour les enfants de moins de 18 ans en famille. (cf p.29)

Visite enfant et adulte	**5,50 €**	(7,00 €)

◆CHATEAU DU BOURG SAINT-LEONARD - ✆ 02 33 36 68 68

Somptueuse construction de la fin du 18^{e} encadrée des écuries et de l'Orangerie. Ouvert de mai à septembre.

Entrée enfant de + de 10 ans	**1,50 €**	(2,00 €)
Entrée adulte	**2,50 €**	(3,00 €)

◆LE HARAS DU PIN, le-Pin-au-Haras - ✆ 02 33 36 68 68

Edifié au début du XVIII[e], c'est l'un des plus célèbres Haras du monde. Vous découvrirez aussi les méthodes traditionnelles en matière de sellerie, maréchalerie…

Visite du Haras enfant de 7 ans à 10 ans	**1,50 €**	(2,00 €)
étudiant, scolaire	**2,50 €**	(3,00 €)
adulte	**4,00 €**	(5,00 €)
Visite du Haras+ parcours découverte enfant	**4,00 €**	(5,00 €)
étudiant, scolaire	**6,00 €**	(7,00 €)
adulte	**8,00 €**	(9,00 €)

Eure

◆ABBAYE DU BEC HELLOUIN, Le Bec Hellouin
✆ 02 32 43 72 60

Majestueuse et paisible, l'Abbaye Notre-Dame-du-Bec s'étend au bord de la rivière qui lui a donné son nom. Vous serez charmé par ce monument, rendu à la vie monastique depuis 1948. Découvrez les galeries du cloître, la Tour Saint-Nicolas, les bâtiments conventuels, l'église et terminez la visite par la découverte de l'artisanat d'art réalisé par les moines.

Gratuit pour les enfants de moins de 18 ans en famille. (cf p.29)

Visite enfant et adulte	**4,20 €**	(5,00 €)

• Ecomusées •

Manche

◆ECOMUSEE DU MOULIN DE LA SEE, MAISON DE L'EAU ET DE LA RIVIERE, Brouains - ✆ 02 33 59 20 50

Dans un moulin à papier restauré, découvrez la richesse de la vallée de la Sée, « la vallée aux cent moulins ».

Entrée enfant de 7 ans à 16 ans	**2,00 €**	(3,00 €)
Entrée adulte	**3,50 €**	(5,00 €)

Orne

◆ECOMUSEE « DE LA POMME AU CALVADOS », Le Sap
✆ 02 33 35 25 89

Présentation du travail du paysan augeron : du greffage des pommiers à la distillation du cidre pour obtenir le « Calvados ».

Entrée enfant de 12 à 18 ans	**1,50 €**	(2,00 €)
Entrée adulte	**2,70 €**	(3,50 €)
Gratuit pour les moins de 12 ans.		

◆ECOMUSEE DU PERCHE, Saint-Cyr-la-Rosière
✆ 02 33 73 48 06

Exposition d'objets et documents liés à la vie agricole et artisanale.

Visite libre du Prieuré et du musée	**2,90 €**	(4,30 €)
Visite guidée du Prieuré et du musée	**4,00 €**	(5,40 €)
Gratuit pour les moins de 18 ans.		

• Jardins, grottes et sites naturels •

Calvados

◆LE JARDIN DE JUMAJU, Montchamp - ✆ 02 31 67 34 09

Plus de 850 variétés de roses forment la collection la plus importante de Normandie. La visite propose aussi 3 jardins de plantes médicinales, tinctoriales et aromatiques. Gratuit pour les moins de 12 ans.

Visite enfant et adulte	**5,50 €**	(6,00 €)

◆PARC ET JARDIN DU CHATEAU DE LA MOTTE, Thury-Harcourt
✆ 02 31 78 31 73

Ce jardin aux mille fleurs est adossé à une des ailes du château. Il dégage une sensation de chaleur, silence et d'intimité.

Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans.		
Entrée enfant adulte	**3,00 €**	(4,00 €)

Le Centre des monuments nationaux vous accueille en Normandie

ABBAYE DU MONT-SAINT-MICHEL

Philippe Berthé©CMN, Paris.

Une abbaye, trésor de l'architecture médiévale, surplombant la baie du Mont-Saint-Michel.
tél. 02 33 89 00 00
Tarif Cezam : **6,50€**

ABBAYE DU BEC-HELLOUIN

Une des abbayes romanes les plus grandes de Normandie, rendue à la vie monastique depuis 1948.
tél. 02 32 43 72 60
Tarif Cezam : **4,20€**

Philippe Berthé©CMN, Paris.

CHÂTEAU DE CARROUGES

©CMN, Paris.

Carrouges, le charme d'une demeure habitée.
tél. 02 33 27 20 32
Tarif Cezam : **5,50€**

www.monuments-nationaux.fr

CENTRE DES MONUMENTS NATIONAUX

◆LE JARDIN DES SEQUOIAS, Ussy - ✆ 02 31 90 84 77
Des séquoias centenaires, visite d'un jardin des simples, de la roseraie …

Visite enfant et adulte	**3,00 €**	(4,00 €)

◆LE SOUTERROSCOPE DES ARDOISIERES, Caumont-l'Eventé ✆ 02 31 71 15 15
Voyage initiatique au cœur de la terre normande tout au long des 400 m de galeries. Découverte du monde minéral.

Entrée enfant de 4 à 12 ans	**3,80 €**	(4,60 €)
Entrée adulte	**7,80 €**	(9,75 €)

Manche

◆A LA DECOUVERTE DE LA HAGUE, Cherbourg-Octeville ✆ 02 33 53 86 12
Exploration des grottes de Jobourg. Réservation obligatoire.

Visite enfant de 10 à 16 ans	**2,00 €**	(2,50 €)
Visite adulte	**4,00 €**	(5,00 €)
Visite gratuite pour les adhérents à l'association (cf p.52).		

◆CHATEAU ET PARC DE MARTINVAST - ✆ 02 33 87 20 80
Parc paysager présentant des plantes aux essences exotiques.

Basse saison	Entrée enfant de 5 à 12 ans	**1,00 €**	(1,50 €)
	Entrée adolescent de 13 à 18 ans	**2,00 €**	(3,00 €)
	Entrée adulte	**4,00 €**	(5,00 €)
Haute saison	Entrée enfant de 5 à 12 ans	**1,50 €**	(2,00 €)
	Entrée adolescent de 13 à 18 ans	**3,00 €**	(4,00 €)
	Entrée adulte	**5,00 €**	(6,00 €)
	Forfait famille (au moins 3 enfants)	**18,00 €**	(20,00 €)

◆JARDINS MARITIMES DE L'ILE TATIHOU, Saint-Vaast-la-Hougue ✆ 02 33 54 33 33
A l'abri de murs du Lazaret, un jardin contemporain et un jardin des milieux exotiques présentent la flore des bords de mer d'ici et d'ailleurs.

Entrée enfant de 3 à 11 ans	**3,20 €**	
Entrée adulte	**6,20 €**	(7,80 €)

Tarif pour l'aller-retour sur l'île, l'entrée au musée, la visite de la Tour.

◆LA MAISON DE JACQUES PREVERT, Omonville-la-Petite ✆ 02 33 52 72 38
On retrouve dans cette demeure l'atmosphère qui fut celle de la famille Prévert et de ses amis. A voir : le magnifique jardin entourant la maison.

Entrée enfant de 7 ans à 15 ans	**1,75 €**	
Entrée adulte	**2,70 €**	(4,20 €)

◆LA MAISON NATALE DU PEINTRE JEAN-FRANÇOIS MILLET, Gréville-Hague - ✆ 02 33 01 81 91
Lieu de mémoire qui permet de mieux comprendre comment la Hague et ses habitants ont inspiré ce peintre de génie tout au long de sa vie.

Entrée enfant de 7 ans à 15 ans	**1,75 €**	
Entrée adulte	**2,70 €**	(4,20 €)

◆MAISON DU PARC, Saint-Côme-du-Mont ✆ 02 33 71 65 30
Espace de découverte des Marais du Cotentin et du Bessin.
Visite guidée sur réservation uniquement.

Billet annuel visite libre enfant de 6 à 16 ans	**2,25 €**	(2,50 €)
Billet annuel visite libre adulte	**4,50 €**	(5,00 €)
Visite guidée enfant de 6 à 16 ans	**2,70 €**	(3,00 €)
Visite guidée adulte	**5,40 €**	(6,00 €)

Orne

◆LA ROCHE D'OETRE, Saint-Philbert-sur-Orne ✆ 02 31 59 13 13
Découverte des « Montagnes de Normandie » : gorges de la Vire, cascades de Mortain, Alpes Mancelles, Suisse Normande etc. grâce à l'espace muséographique.

Visite enfant de 10 à 15 ans	**1,70 €**	(2,00 €)
Visite adulte	**3,40 €**	(4,00 €)

Calvados

◆ OFFICE DE TOURISME DU PAYS DE FALAISE
✆ 02 31 90 17 26

Un guide interprète vous ouvre les portes des lieux insolites de Falaise, ville natale de Guillaume le Conquérant. (Tarifs 2009)

Balades gourmandes (juillet / août)		
Enfant - de 12 ans	**3,00 €**	(4,00 €)
Adulte	**5,00 €**	(6,00 €)
Visites guidées de la ville		
Enfant - de 12 ans	**Gratuit**	(2,00 €)
Adulte	**3,00 €**	(4,00 €)

◆ HIPPODROME DE DEAUVILLE - ✆ 02 31 90 17 26

Visite guidée de l'hippodrome dans le cadre du centre d'entraînement et de l'établissement des ventes Elie de Brignac.

Enfant de 12 à 16 ans	**2,00 €**	(4,00 €)
Adulte	**5,00 €**	(6,00 €)

Abonnements lecture

◆ A2 PRESSE

Les porteurs de carte Cezam bénéficient d'une réduction supplémentaire de **10 %** sur la totalité de leur commande.

◆ FRANCE ABONNEMENTS ENTREPRISES

Une sélection de magazines aux prix les plus bas.
Demandez le bon de commande auprès de votre CE.

Cinémas

Calvados

◆ LE CAFE DES IMAGES, Hérouville-Saint-Clair
✆ 02 31 45 34 70

Enfant moins de 16 ans	**3,00 €**	(3,90 €)
La place adulte	**3,80 €**	(5,80 €)

◆ LE CONCORDE, Pont-l'Evêque - ✆ 02 31 65 18 70

La place	**3,80 €**	(5,00 €)

◆ L'ENTRACTE, Falaise - ✆ 02 31 90 50 60

La place	**4,20 €**	(5,30 €)

◆ CIRCUIT GENERIQUES, cinéma itinérant - ✆ 02 31 06 11 18
Bretteville-l'Orgueilleuse, Caumont-l'Eventé, Molay-Littry, Livarot, Mézidon-Canon, Saint-Martin-des-Besaces, Trévières.

Place enfant de moins de 18 ans	**3,20 €**	(3,80 €)
Place adulte	**3,80 €**	(4,60 €)

◆ LE FOYER, Douvres-la-Délivrande - ✆ 02 31 37 34 34

La place	**3,80 €**	(4,50 €)

◆ LE LUX, Caen - ✆ 02 31 82 29 87

La place	**3,80 €**	(5,80 €)

◆ LE REXY, Saint-Pierre-sur-Dives - ✆ 02 31 20 54 56

La place	**4,00 €**	(5,00 €)

Manche

- CIRCUIT GENERIQUES, cinéma itinérant - ✆ 02 31 06 11 18
  Carolles, Condé-sur-Vire, Mortain, Pontorson, Sourdeval, Saint-Sauveur-le-Vicomte.
  La place enfant - de 18 ans **3,50 €** (4,00 €)
  La place adulte **4,00 €** (4,80 €)
- LONG-COURT, Coutances - ✆ 02 33 07 57 09
  Tarif unique de 2 à 18 ans **4,00 €**
  Adulte **5,00 €** (6,00 €)
- LE PALACE, Equeurdreville-Hainneville - ✆ 02 33 78 96 49
  La place **4,40 €** (5,50 €)
- L'ODEON, Cherbourg-Octeville - ✆ 02 33 22 58 54
  La place **5,70 €** (7,60 €)
- LE SELECT, Granville - ✆ 02 33 50 77 27
  La place **5,70 €** (6,70 €)
- STAR 1-2-3, Avranches - ✆ 02 33 58 07 55
  La place **5,80 €** (6,80 €)
- VILLEDIEU CINEMA, Villedieu-les-Poêles - ✆ 02 33 61 46 82
  La place **4,25 €** (5,40 €)

Orne

- L'AIGLON, L'Aigle - ✆ 02 33 24 40 33
  La place **4,50 €** (6,50 €)
- CINEMA DU CASINO, Bagnoles de l'Orne - ✆ 02 33 37 84 00
  La place **5,00 €** (6,50 €)
- CIRCUIT GENERIQUES, cinéma itinérant - ✆ 02 31 06 11 18
  Domfront, Le Mêle sur Sarthe, Tinchebray.
  La place enfant - de 18 ans **3,50 €** (4,00 €)
  La place adulte **4,00 €** (4,80 €)

Parcs de loisirs

- Parcs d'attractions
- Parcs animaliers
- Parcs aventures

Dans notre guide, vous identifierez :

- le tarif Cezam **en gras**
- le tarif public (entre parenthèses).

Tous nos partenaires offrent l'avantage à carreau ◆
(réduction sur simple présentation de votre carte Cezam).

Parcs d'attractions

Calvados

◆ GIRAFOU, Bénouville - ✆ 02 31 53 72 68

Aire de jeux en intérieur pour enfants de 2 à 12 ans. Organisation d'anniversaires. Piscine à boules, jeux gonflables géants, etc.

Entrée enfant de 2 à 12 ans	**7,50 €**	(8,50 €)
Formule entrée+goûter	**10,50 €**	(11,50€)

Gratuit pour l'adulte accompagnateur.

GIRAFOU
AIRE DE JEUX COUVERTE POUR LES 2 - 12 ANS
1300 M² DE JEUX EN INTERIEUR !!!
WWW.GIRAFOU.COM
ZA Benouville/ A coté de Destinéo
Axe Caen/Ouistreham Sortie St Aubin d'Arquenay 02 31 53 72 68
TU PEUX AUSSI Y FETER TON ANNIVERSAIRE
ALORS VIENS VITE RESERVER !!

◆ OUGA PARK, Bretteville-sur-Odon - ✆ 02 31 30 26 00

Aire de jeux thématique couverte pour enfants de 1 à 12 ans. Possibilité d'y organiser leur anniversaire.

Entrée enfant de 1 à 12 ans	**7,50 €**	(8,50 €)
Entrée Ouga Park + Magic Golf	**12,00 €**	(13,00 €)

Gratuit pour l'adulte accompagnateur.

Manche

◆ PARC DE LOISIRS L'ANGE MICHEL, Saint-Martin-de-Landelles
✆ 02 33 49 04 74

Plus de 30 attractions : balançoire géante, bateaux tamponneurs, dragon des kamikazes (50 m de toboggan), mini-carrousel, train sur rails…

Entrée enfant et adulte Réduction de **1 €**

◆ LE VILLAGE ENCHANTE, Bellefontaine - ✆ 02 33 59 01 93

Un lieu magique, au coeur de la campagne normande. La vallée des contes de fée avec ses 50 automates, le bois des lutins et ses activités accrobranche, le parc d'attraction, mais aussi le parc naturel.

Entrée enfant et adulte Réduction de **1,50 €**

Hors département

♣ DISNEYLAND PARIS, Marne La Vallée (77)
Billetterie à commander à l'ICEA BN - ✆ 02 31 95 96 64

♣ PARC ASTERIX, Plailly (60)
Billetterie à commander à l'AICE - ✆ 03 20 30 88 31

♣ FUTUROSCOPE, Jaunay Clan (86)
Billetterie à commander au Credes Chauray - ✆ 05 49 76 80 90

♣ CINESCENIE DU PUY DU FOU, Les Epesses (85)
Billetterie à commander à l'ADIJES - ✆ 0 890 711 220 (0,15 €TTC/min)

Maine et loire

◆TERRA BOTANICA, Angers - ✆ 02 41 25 00 00
www.terrabotanica.fr .
Partez à la conquête du végétal à travers des animations interactives inédites, ludiques et pédagogiques. Lors d'un voyage exceptionnel, le visiteur découvrira 4 univers dédiés aux thématiques suivantes : le Convoité, le Généreux, le Mystérieux et l'Apprivoisé.

Enfant de 4 à 12 ans	**9,00 €**	(10,00 €)
Adulte	**13,50 €**	(17,50 €

Seine Maritime

◆PARC EANA, Gruchet le Valasse - ✆ 02 33 49 04 74
A l'ombre de l'abbaye millénaire du Valasse, le parc Eana vous immerge dans la fabuleuse histoire de la Terre : un voyage extraordinaire du Big Bang à 2050 !

Adulte	**7,50 €**	(9,00 €)
Enfant de 5 à 12 ans	**7,50 €**	
Moins de 5 ans	**Gratuit**	

Parc de découverte
en Normandie
1 journée en famille pour explorer notre Terre
eana
LA TERRE EST NOTRE AVENIR
www.eana.fr
02 32 84 64 64
76 210 ABBAYE DE GRUCHET LE VALASSE
Sortie 7 direction Bolbec
10 km du pont de Tancarville

Parcs animaliers

Calvados

◆PARC ZOOLOGIQUE DE CERZA LISIEUX - ✆ 02 31 62 15 76
Plus de 300 animaux en semi-liberté dans des milieux naturels.

Entrée enfant de 4 à 10 ans	**8,00 €**	(9,00 €)
Entrée adulte	**14,00 €**	(16,00 €)
Enfant - de 4 ans	**Gratuit**	

◆ZOO DE JURQUES - ✆ 02 31 77 80 58
Au cœur d'un parc boisé de 15ha, partez à la rencontre de plus de 600 animaux sauvages et exceptionnels tel que le rarissime Lion Blanc. Vivez un véritable dépaysement en découvrant les plaines africaines, sud américaines, australiennes… Grande nouveauté 2010 : « Les montagnes d'Afrique » une terrasse surplombant une carrière de 40m où vous pourrez admirer différents groupes de singes. Les + de Jurques : des animations et des spectacles gratuits en haute saison : spectacle de perroquets, contact avec les serpents, repas des manchots et des loups… Le parc est ouvert du 6 février au 31 octobre 2010. Sur place : cafétéria, snack, boutique souvenirs, aire de jeux, mini ferme, aire de pique-nique.

Entrée enfant de 3 à 11 ans (inclus)	**6,50 €**	(8,00 €)
Entrée adulte	**11,50 €**	(13,00 €)

www.zoodejurques.fr
Zoo de Jurques
pour rugir de plaisir !
A 20 min. de Caen Périphérique Ouest Sortie 9
A84 GRATUITE Sortie 42 - JURQUES
02 31 77 80 58

Manche

◆ALLIGATOR BAY, Beauvoir le-Mont-Saint-Michel
✆ 02 33 68 11 18

A voir : la serre tropicale avec 200 alligators et crocodiles, le labyrinthe des dragons et la ferme des tortues.

Entrée enfant et adulte	**-10 %**	

◆PARC ZOOLOGIQUE DE CHAMPREPUS - ✆ 02 33 61 30 74

Découvrez une mise en scène paysagère du monde animal dans un florilège de jardins à thème.

Entrée enfant de 3 à 12 ans	**6.70 €**	(7,50 €)
Entrée de 13 à 18 ans	**10,40 €**	(11,40 €)
Entrée adulte	**11,10 €**	(13,10 €)

Ille et Vilaine

◆GRAND AQUARIUM DE SAINT-MALO - ✆ 02 99 21 19 00
www.aquarium-st-malo.com

Le Grand Aquarium de Saint-Malo vous entraîne dans une découverte inoubliable des fonds marins. Des mers froides aux mers chaudes, vous entrez dans des espaces magiques, entourés des poissons colorés du monde entier.

Plus de 12 000 animaux révèlent leurs secrets sous formes d'anecdotes passionnantes. Soyez émerveillés par la beauté des poissons tropicaux au cœur des coraux, bercés par le ballet incessant des squales dans l'Anneau des Requins et intrigués par les animaux des grandes profondeurs. Après le rêve, passez à l'action… Plongez à bord du sous-marin Nautibus parmi plus de 5 000 poissons…

Entrée enfant de 4 à 14 ans	**8,50 €**	(9,50 €)
Entrée adulte	**13,50 €**	(15,50 €)

Parcs aventures

Calvados

◆BEAUREGARD AVENTURE, Hérouville-Saint-Clair
✆ 06 07 63 01 31

6 parcours de difficulté croissante comportant en tout 62 jeux.

5 parcours adulte (+1m40)	**20,00 €**	(22,00 €)
5 parcours enfant (-16 ans)	**18,00 €**	(20,00 €)
4 parcours marron, vert, bleu et violet	**16,00 €**	(17,00 €)
2 parcours orange et vert	**12,00 €**	(13,00 €)
1 parcours baby (à partir de 4 ans)	**5,50 €**	(6,00 €)

◆LA BALADE EN L'AIR, Mosles - ✆ 06 33 70 95 70

4 parcours dans les arbres, avec différents niveaux de hauteur et de difficulté.

Parcours Jaune - de 12 ans	**5,00 €**	(6,00 €)
Parcours Vert - de 12 ans	**6,00 €**	(8,00 €)
Parcours Jaune et Vert - de 12 ans	**9,00 €**	(10,00 €)
Parcours Vert ou Rouge et Noir	**10,00 €**	(12,00 €)
Parcours Vert, Rouge et Noir	**16,00 €**	(18,00 €)

◆LE LABYRINTHE DE BAYEUX - ✆ 02 31 21 04 31

Parcours ludique et culturel dans un labyrinthe géant de maïs.

Entrée enfant de 4 à 12 ans	**6,00 €**	(6,50 €)
Entrée adulte	**7,00 €**	(7,50 €)

Parcours dans les arbres

1 parcours famille (- de 1m40)	**14,00 €**	(15,00 €)
1 parcours famille (+ de 1m40)	**19,00 €**	(20,00 €)
3 parcours famille (+de 1m40)	**24,00 €**	(25,00 €)

◆LE VAL DES CIMES, Saint-Gatien-des-Bois - ✆ 06 30 91 37 96

9 parcours acrobatiques forestiers : passerelles, tyroliennes,... pour les adultes et les enfants dès 3 ans. Ouvert d'avril à octobre.

5 parcours adulte	**32,00 €**	(35,00 €)
3 parcours adulte	**24,00 €**	(28,00 €)
2 parcours adulte	**18,00 €**	(22,00 €)
1 parcours adulte	**12,00 €**	(14,00 €)
3 parcours enfant - de 12 ans	**15,00 €**	(18,00 €)
2 Parcours enfant - de 12 ans	**12,00 €**	(15,00 €)
1 Parcours enfant - de 12 ans	**8,00 €**	(10,00 €)
Parcours bambin	**4,00 €**	(5,00 €)

Manche

◆FOREST ADVENTURE, Saint-Sauveur-le-Vicomte
✆ 02 33 52 57 42

Parcours aventure au milieu d'arbres centenaires : tyroliennes, filets, passerelles et ponts, saut de Tarzan, speed roll
Possibilité de faire des parcours de nuit. Sur réservation.

Parcours Blanc	**9,00 €**	(11,00 €)
Parcours Jaune	**11,00 €**	(13,00 €)
Parcours Bleu	**22,00 €**	(24,00 €)
Pass tout parcours	**35,00 €**	(37,00 €)
Parcours bleu + speed-roll	**40,00 €**	(42,00 €)

Orne

◆LE BOIS, Bagnoles-de-l'Orne - ✆ 06 27 85 03 58

Une fois équipé et après avoir suivi une initiation avec notre équipe encadrante, vous pourrez profiter des 50 ateliers répartis sur 3 parcours adaptés. Ouvert d'avril à novembre.

Entrée enfant de -1m40	**10,50 €**	(12,00 €)
Entrée adolescent de 1m40 à 18 ans	**12,50 €**	(14,00 €)
Entrée adulte	**16,00 €**	(18,00 €)

◆ROCHE D'OETRE ORNE AVENTURE, Saint-Philbert-sur-Orne
✆ 02 31 69 06 43

Au coeur du site exceptionnel de la Roche d'Oëtre, évoluez d'arbre en arbre et vivez de grands moments de détente, de rires et d'émotions, à votre rythme et selon vos capacités. Ouvert d'avril à novembre.

Entrée enfant de 5 à 8 ans	**10,00 €**	(12,00 €)
Entrée adolescent de 9 à 18 ans	**15,00 €**	(18,00 €)
Entrée adulte	**20,00 €**	(23,00 €)

Sport, balades et détente

- Activités sportives
- Balades
- Détente

Dans notre guide, vous identifierez :

- le tarif Cezam **en gras**
- le tarif public (entre parenthèses).

Tous nos partenaires offrent l'avantage à carreau ◆
(réduction sur simple présentation de votre carte Cezam).

Activités sportives

• Arts martiaux •

Calvados

◆ AME AGARU ACK, Caen - ✆ 02 31 38 75 04
Association caennaise de kendo.

Cotisation annuelle adulte (+18 ans)	**160,00 €**	(175,00 €)
Cotisation annuelle jeune (12-18 ans)	**110,00 €**	(125,00 €)

◆ AIKIDOJO DE THUE ET MUE, Saint Manvieu Norrey
✆ 06 75 28 59 62

Cotisation annuelle adulte	**126,00 €**	(140,00 €)
Cotisation annuelle jeune (13-16 ans)	**99,00 €**	(110,00 €)

• Bowling •

Calvados

◆ BOWLING DE DEAUVILLE, Touques- ✆ 02 31 87 91 03

La partie en semaine	**5,00 €**	(7,50 €)
La partie le week-end	**5,00 €**	(9,50 €)

Tous les jours sans restriction.

◆ BOWLING DE LISIEUX- ✆ 02 31 62 19 30

La partie avant 20 heures	**4,50 €**	(6,00 €)
La partie après 20 heures	**6,00 €**	(7,00 €)

La location des chaussures 2 € est à ajouter

Orne

◆ BOWLING D'ARGENTAN - ✆ 02 33 36 91 56

Location des chaussures (après 20h)	**Gratuite**	(1,50 €)
Partie de bowling (avant 20h, hors forfaits)	**- 0,50 €**	

◆ BOWLING DE FLERS - ✆ 02 33 64 82 69

Location des chaussures	**Gratuite**	(1,50 €)

Manche

◆ BOWLING CHANTEREYNE, Cherbourg-Octeville
✆ 02 33 78 17 20

Location des chaussures	**Gratuite**	(1,50 €)

◆BOWLING LE MACAO, Saint-Lô - ✆ 02 33 57 40 00
Pour 2 parties payantes **la 3ème gratuite**
La location des chaussures est incluse. Ce tarif n'est pas valable le week-end, les jours fériés et veilles de jours fériés.

• Centres d'animation •

Calvados

◆LA PRAIRIE, Caen - ✆ 02 31 85 25 16
-15% sur les activités suivantes :

Adultes : Ai kido, allemand, anglais, aquarelle, arabe, atelier improvisation théâtrale, atelier du rire, broderie, calligraphie chinoise, chinois, couture, danse africaine, danse country, danse de société, découverte ou initiation à la musique, dessin croquis, dessin peinture, espagnol, gymnastique, hatha-yoga, italien, judo-jujitsu, modern'jazz, peinture sur soie, peinture relaxation aquarelle, sophrologie, solfège, tango argentin et théâtre.

Enfants : Anglais, danse classique, dessin d'illustration-BD, dessin peinture poterie modelage, premiers pas vers le dessin, éveil à la danse, initiation à la danse, modern'jazz et théâtre.

L'adhésion de 16 € au centre d'animation est à ajouter.

• Clubs sportifs •

Calvados

◆CURVES, Caen - ✆ 02 31 44 88 61
Club de remise en forme pour femme.

Abonnement annuel	**420,00 €**	(470,00 €)
Abonnement mensuel	**43,00 €**	(49,00 €)
Frais d'inscription	**Gratuit**	(149,00 €)

◆ECOLE DU MOUVEMENT, Giberville - ✆ 02 31 47 57 95
Step, FAC, renforcement musculaire…

Trimestre	**76,50 €**	(85,00 €)
Année	**157,50 €**	(175,00 €)

◆FEMMES EN FORME, Caen - ✆ 02 31 06 01 28
Entraînement en circuit réservé aux femmes.

Abonnement annuel	**420,00 €**	(468,00€)
Abonnement mensuel	**45,00 €**	(59,00 €)
Frais d'inscription	**Gratuit**	(79,00 €)

◆ESPACE FORME, Caen - ✆ 02 31 44 55 44
Musculation, sauna, hammam, espace cardio, step, stretching…
Adhésion annuelle de 20 € à ajouter.

Abonnement trimestriel 1 activité	**142,00 €**	(155,00 €)
Abonnement trimestriel 2 activités	**185,00 €**	(205,00 €)
Abonnement annuel 1 activité	**353,00 €**	(470,00 €)
Abonnement annuel 2 activités	**443,00 €**	(590,00 €)
12 UVA	**90,00 €**	(100,00 €)

◆LA FERME DES EPIS, Saint Martin de Sallen - ✆ 02 31 93 66 87
Activités fitness (hammam et sauna compris).

Séance	**7,00 €**	(8,00 €)
Abonnement mensuel	**40,00 €**	(50,00 €)
Abonnement trimestriel	**100,00 €**	(120,00 €)
Abonnement semestriel	**190,00 €**	(220,00 €)
Abonnement annuel	**330,00 €**	(380,00 €)

◆LADY FITNESS, Rue Lanfranc, Caen - ✆ 02 31 85 60 01

Abonnement 1 an formule Fitness	**595 €** +1 mois de sport offert
Abonnement 2 ans formule Fitness	**960 €** +2 mois de sport offerts
Formule 1-16	**990 €** l'année +1 mois de sport et 2 soins offerts
Formule 1-30 1	**1 240 €** + 1 mois de sport et 4 soins offerts

◆LADY FITNESS, Quai Vendeuvre, Caen - ✆ 02 31 25 01 50
www.ladyfitness.fr
Abonnement annuel Club illimité, suivi morphologique inclus, contrôle cardiaque, coaching, circuit 30 minutes, suivi diététique sur internet.
-30 % sur l'abonnement annuel club + une séance d'essai offerte (condition de réduction valable à l'issue de la séance d'essai)

◆MOVING, Caen - ✆ 02 31 44 24 24

Formule club 12 mois	**657,00 €**	(730,00 €)

◆SUN CLUB, Caen - ✆ 02 31 85 68 64

Abonnement annuel	**-20%**	
Carte10 séances 1 activité	**55,00 €**	(65,00 €)

Manche

◆SAINT-MICHEL GYMNASTIQUE, Saint-Pierre-de-Coutances ✆ 02 33 45 47 01
Baby-gym, gym artistique, fitness, gym senior.

Cotisation annuelle	**-10,00 €**
Remise non cumulable avec d'autres réductions	

Orne

◆LE SQUASH, Alençon - ✆ 02 33 26 17 95
Les activités : squash, musculation et cours collectifs de fitness.

Abonnement annuel toutes activités	**285,00 €**	(336,00 €)

• Danse •

Calvados

◆STUDIO 50, Caen - ✆ 02 31 85 49 76
Ateliers et stages corporels et artistiques.
Danse africaine, salsa cubaine, danse contemporaine, batchata, djembé, percussions africaines, dunamba et sabar.
-10 % sur toutes ces activités

• Equitation •

Calvados

◆DOMAINE EQUESTRE DE GRANGUES - ✆ 02 31 28 04 28
-10 % sur les stages, week-end évasion, promenade de 2 heures, forfaits (10h et 20h).

◆ECURIES DE CABOURG - ✆ 02 31 28 04 28
-10 % sur les stages, week-end évasion, promenade de 2 heures, forfaits (10h et 20h).

◆ CENTRE EQUESTRE DE OUITREHAM - ✆ 02 31 96 41 41

-5% sur les cartes de 5 leçons, 10 leçons, l'heure passager et les stages (semaine, journée et ½ journée).

◆ ECURIES DE LA COUR AU PUITS, Janville - ✆ 02 31 39 20 87

Heure passager	**14,50 €**	(16,00 €)
Carte de 5 heures	**63,00 €**	(70,00 €)
Carte de 10 heures	**110,00 €**	(122,00 €)
Carte de 20 heures	**207,00 €**	(230,00 €)
Stage équitation à la journée (pension complète, hébergement et cours)	**55,00 €**	(60,00 €)
Stage équitation en demi-pension	**40,00 €**	(45,00 €)

Manche

◆ CHEVAUX ET ANES DES MARES, Bolleville - ✆ 02 33 46 99 78

Centre de tourisme équestre.

Randonnées, animations, cours à l'année… **-5%**

◆ CENTRE EQUESTRE LA VALETTE, Urville-Nacqueville ✆ 02 33 03 57 69

Balade d'1 heure (- de 18 ans)	**18,00 €**	(23,00 €)
Balade d'1 heure adulte	**23,00 €**	(25,00€)
Carte d'adhésion	**Gratuite**	(45 ou 60€)

◆ CHEVAL PLAISIR, Saint-Senier-Sous-Avranches ✆ 02 33 60 52 67

Cours d'équitation

Abonnement mensuel	**57,00 €**	(60,00€)
Séance	**17,10 €**	(18,00€)

◆ CENTRE EQUESTRE DU DOUET PICOT, Digosville ✆ 02 33 22 50 94

Cotisation annuelle -18 ans	**70,00 €**	(80,00 €)
Cotisation annuelle adulte	**80,00 €**	(90,00 €)

Stages à la semaine pendant les vacances scolaires :

Pour les non adhérents au club	**212,50 €**	(235,00 €)
Pour les adhérents au club	**203,50 €**	(225,00 €)

◆ ETRIER CHERBOURGEOIS, Cherbourg-Octeville ✆ 02 33 44 69 30

Cotisation annuelle	**42,00 €**	(50,00 €)
L'heure passager	**13,00 €**	(15,50 €)

Possibilité de cumuler avec la réduction de 50% sur la cotisation à partir du 2e membre inscrit. Le prix de la licence est à ajouter.

• Escalade •

Calvados

◆ ELSH, Hérouville - ✆ 02 31 95 24 35

Escalade Aventure.

Carte de 10 séances	**62,00 €***	(64,00 €)
Pack initiation	**95,00 €***	(104,00 €)
Pass 1 an	**255,00 €***	(275,00 €)

*Pour les résidents Hérouvillais, tarifs Cezam de 59€ à 225€.

• Foot en salle •

Calvados

◆ JORKYBALL NORMAND, Bretteville-sur-Odon ✆ 02 31 26 66 66

Foot en salle, 2 contre 2, sans contact. Réservation préalable.

Partie de 45 minutes	**5,00 €**	(7,00 €)
Partie de 1h30	**10,00 €**	(12,50 €)

◆ LASERMAXX, Douvres-la-Délivrande - ✆ 02 31 25 25 26

Foot indoor 2 contre 2, sans contact.

La location des chaussures est à ajouter (1,50 €).

Partie d'1 heure	**4,00 €**	(7,00 €)

◆SOCCER WORLD, Carpiquet - ✆ 02 31 39 89 06
Le mercredi, samedi et dimanche après 18 h

Partie d'1 heure	**6,00 €**	(7,50 €)
Partie de 2 heures	**11,00 €**	(13,00 €)

Le lundi, mardi, jeudi et vendredi avant 18 h

Partie d'1 heure	**4,00 €**	(5,00 €)
Partie de 2 heures	**7,00 €**	(10,00 €)

Réservation préalable au 02 31 39 89 06

• Golfs •

Calvados

◆GOLF DE CABOURG LE HOME - ✆ 02 31 91 25 56
Huit trous en véritables links et dix dans le marais de la Divette.

18 trous individuel	**-20%**	

◆GOLF DE GARCELLES, Garcelles-Secqueville
✆ 02 31 39 09 09
Le Clos Neuf et le Bois forment un 18 trous au tracé très varié et technique.
A noter aussi un compact de 6 trous.

Formule découverte (hors abonnement)	**-50%**	
Accès practice + 3 seaux de balles	**8,00 €**	(8,70 €)
Parcours 6 trous	**8,00 €**	(9,00 €)
Clos neuf 9 trous semaine	**30,00 €**	(33,00 €)
Clos neuf 9 trous week-end	**35,00 €**	(39,00 €)
Le bois 18 trous semaine	**38,00 €**	(42,00 €)
Le bois 18 trous week-end	**46,00 €**	(51,00 €)

◆GOLF OMAHA BEACH, Port-en-Bessin - ✆ 02 31 22 12 12
4 parcours de 9 trous sur divers sites : la mer, le bocage et l'étang.

Les 3 parcours : 9, 18, 27 et 36 trous	**-20%**	
Initiation de 2 heures	**20,80 €**	(26,00 €)
Forfait découverte (3 mois)	**152,00 €**	(190,00 €)

Orne

◆GOLF DE BELLEME, Les Sablons - ✆ 02 33 85 13 13
- 30 % sur le green fee

• Mini-golfs •

Calvados

◆JUNGLE MINI-GOLF LE HAMAK, Caen - ✆ 02 31 44 89 50

La partie enfant - de 10 ans	**4,00 €**	(5,00 €)
La partie adulte	**5,00 €**	(6,00 €)

◆MINI-GOLF DES GOURMANDS, Caen - ✆ 02 31 94 14 23

La partie	**3,50 €**	(4,00 €)

◆OUGA PARK, Bretteville-sur-Odon - ✆ 02 31 30 26 00
Magic Golf : parcours fluorescent dans le noir.

La partie de mini-golf	**7,50 €**	(8,50 €)

Manche

◆ASEV CANOË-KAYAK, Condé-sur-Vire - ✆ 02 33 57 33 66

La partie de mini-golf	**1,80 €**	(2,00 €)

Orne

◆BASE DE LOISIRS, Le-Mêle-sur-Sarthe - ✆ 02 33 27 61 02

La partie de mini-golf	**2,50 €**	(3,00 €)

◆MINI-GOLF DE BELLEME - ✆ 02 33 25 23 23

Enfant - de 16 ans	**0,75 €**	(1,00 €)
Adulte	**2,00 €**	(2,50 €)

Calvados

◆LASER GAME EVOLUTION, Bretteville-sur-Odon
✆ 02 31 74 44 92
Jeux laser. Tarif réduit tous les jours après 19h00 et le samedi toute la journée.
Réservation préalable.

Partie de 20 minutes	**5,00 €**	(9,00 €)

◆LE HAMAK, Caen - ✆ 02 31 44 89 50

La partie de 20 mn	**6,00 €**	(8,00 €)

◆LOUISAN, Base sportive, Anctoville - ✆ 02 31 25 00 39
Des tournois de laser ball sont proposés régulièrement.

Partie d'une ½ heure	**7,50 €**	(9,00 €)
Partie d'1 heure	**14,50 €**	(16,50 €)
Partie de 2 heures	**23,00 €**	(27,00 €)

◆LASERMAXX, Douvres-la-Délivrande - ✆ 02 31 25 25 26
Jeux laser pour un max de sensations.
Réservation préalable. (cf p.45).

Partie de 20 minutes	**6,00 €**	(9,00 €)

Manche

◆LASER GAME EVOLUTION, Tourlaville - ✆ 02 33 44 68 74
Jeux laser. Tarif réduit tous les jours après 19h00 et le samedi toute la journée.
Réservation préalable.

Partie de 20 minutes	**5,00 €**	(9,00 €)

Orne

◆ LASERQUEST, La-Lande-Patry - ✆ 02 33 38 96 75
Jeux laser. Réservation préalable.
Partie de 20 minutes **-1,00 €**

◆ LASERQUEST, Alençon - ✆ 06 25 15 31 22
Jeux laser. Réservation préalable.
Partie de 20 minutes **-1,00 €**

• Paint Ball •

Calvados

◆ PAINT BALL FURY, Caen - ✆ 02 31 74 19 09
Parties de paint ball, billes de peinture.

Forfait 1 heure	**19,80 €**	(22,00 €)
Forfait 2 heures	**24,30 €**	(27,00 €)
Forfait 3 heures	**28,80 €**	(32,00 €)

◆ NORMANDIE CHALLENGE, Pont-l'Evêque - ✆ 02 31 65 29 21
Minimum 8 personnes.
La partie d'une heure **30,00 €** (33,50 €)

Orne

◆ PAINTBALL (LASERQUEST), Alençon - ✆ 06 25 15 31 22
Paint Ball en salle adultes à l'heure.
Partie **13,00 €** (15,00 €)

◆ PAINTBALL 61, Lonlay-l'Abbaye - ✆ 02 33 64 47 70
Paint Ball, partie avec 200 billes.
Partie **17,00 €** (20,00 €)

◆ SMILEBALL, Fontenay-sur-Orne - ✆ 06 26 11 37 25
Parties de paint ball.

Forfait 1 heure (200 billes)	**18,00 €**	(20,00 €)
Forfait 3 heures (500 billes)	**30,00 €**	(35,00 €)

• Patinoire •

Orne

◆PATINOIRE D'ALENÇON - ✆ 02 33 26 27 90
Patinoire de loisirs. Les tarifs sont indiqués avec la location de patins

Entrée enfant jusqu'à 16 ans	**3,50 €**	(4,50 €)
Entrée adulte	**4,50 €**	(5,50 €)

• Pêche •

Calvados

◆ETANGS DES PERRELLES, Creully - ✆ 02 31 80 70 61
Pêche à la truite dans un parc verdoyant ombragé et calme. Fermé le mercredi sauf en juillet-août.

La ½ journée de pêche	**13,50 €**	(15,00 €)
La journée de pêche	**21,60 €**	(24,00€)

• Piscines •

Calvados

◆AQUASUD, Thury-Harcourt - ✆ 02 31 79 03 18
Toboggan géant, espace ludique, bassin sportif, Jacuzzi.
Sauna, hammam (supplément de 4€).
Gratuit pour les moins de 3 ans.

Entrée enfant et adulte	**3,50 €**	(5,00 €)

◆AQUAVIRE, Vire - ✆ 02 31 66 30 60
Pentagliss et toboggan géants, bassin sportif…
Pour l'espace aquatique et espace aquatique + balnéo :

1 entrée gratuite
pour l'achat d'une carte de 10 entrées (adulte ou enfant)

◆FORMEO, Falaise - ✆ 02 31 41 69 00
Rivière contre courant, pentagliss, bassin à vagues …

Entrée enfant moins de 12 ans	**3,20 €**	(4,30 €)
Entrée adulte	**4,30 €**	(5,40 €)
Carte 10 entrées	**1 entrée gratuite**	
piscine+balnéo+salle cardio (non nominative, valable 6 mois)		

◆SIRENA, Carpiquet - ✆ 02 31 15 51 50
Espace aquatique avec toboggan géant, espace balnéo …

1 entrée gratuite
pour l'achat de 2 entrées payantes (adulte ou enfant)

Manche

◆CENTRE AQUATIQUE D'EQUEURDREVILLE-HAINNEVILLE
✆ 02 33 01 86 20

Abonnement enfant (3-17 ans)	**20,40 €**	(27,30 €)
Abonnement adulte	**26,20 €**	(35,30 €)
Carte horaire (10 heures)	**18,00 €**	(21,10 €)
Abonnement espace détente	**54,50 €**	(73,70 €)

L'abonnement comprend 10 entrées, valables 1 an.

◆COMPLEXE AQUATIQUE DES 3 PROVINCES, SPADIUM
Saint-Hilaire-du-Harcouët - ✆ 02 33 50 54 30

Carte 10 entrées enfant de 3 à 16 ans	**28,00 €**	(32,00 €)
Carte 10 entrées adulte	**34,50 €**	(38,00 €)
Carte détente (10 entrées adulte)	**63,00 €**	(70,00 €)
Carte multi-activités (10 cours adulte)	**81,00 €**	(90,00 €)
Activités enfant et adulte	**environ -10%**	
Soins esthétiques	**Tarif abonné**	

◆OCEALIS, Beaumont-Hague - ✆ 02 33 01 82 90

Entrée enfant de 5 à 18 ans	**2,00 €**	2,20 €)
Entrée adulte	**2,40 €**	(3,20 €)
Gratuit pour les moins de 5 ans.		

Orne

◆ALENCEA, Alençon - ✆ 02 33 26 63 32
Toboggan de 60m, rivière à courant, bassins extérieurs…

Entrée enfant de 3 à 16 ans inclus	**3,20 €**	(4,30 €)
Entrée adulte	**4,30 €**	(5,70 €)

◆CAP FL'O, Flers - ✆ 02 33 98 49 49
Boule à vagues, toboggan géant, espace balnéo…

Entrée enfant de 4 à 12 ans	**3,30 €**	(4,30 €)
Entrée adulte	**4,50 €**	(5,50 €)

◆PISCINE DE BELLEME - ✆ 02 33 83 98 13

Entrée enfant - de 18 ans	**1,00 €**	(1,50 €)
Entrée adulte	**2,50 €**	(3,00 €)

• Sports aériens •

Calvados

◆ULM CLUB NORMANDIE SEINE, Bonneville-la-Louvet
✆ 02 31 65 43 55
Survol du pays d'Auge, les côtes du littoral, le Pont de Normandie …

Vol d'initiation en ULM	**40,00 €**	(45,00 €)

◆AEROFLY - ✆ 03 83 50 38 75
Le vol en montgolfière dure entre 3 et 4 heures
Au départ de Deauville, Ouistreham, Pirou Plage ou Mont Saint-Michel

Vol individuel	**165,00 €**	(195,00 €)

Manche

◆NORMANDIE ULM, Avranches - ✆ 06 81 99 24 79
Baptêmes de l'air en ULM sur le Mont Saint-Michel.

Vol local (10 mn)	**36,00 €**	(40,00 €)
Vol sur le Mont-Saint-Michel (20 mn)	**63,00 €**	(70,00 €)
Vol découverte de la baie (30 mn)	**99,00 €**	(110,00 €)
Vol (60 mn)	**171,00 €**	(190,00 €)

◆ULM AIR COTENTIN, Bréville-sur-Mer - ✆ 02 33 50 09 82
Vols loisirs en ULM.

Vol 8 mn enfant - de 15 ans	**24,00 €**	(30,00 €)
Vol 8 mn adulte	**28,00 €**	(35,00 €)
Baptême 15 mn	**40,00 €**	(50,00 €)
Initiation au pilotage 15 mn	**55,00 €**	(70,00€)
Vol d'½ heure	**80,00 €**	(100,00 €)
Vol d'1 heure Mont-Saint-Michel	**150,00 €**	(180,00 €)

◆ULM MONT-SAINT-MICHEL, Avranches - ✆ 02 33 48 67 48
Vols en ULM au-dessus du Mont-Saint-Michel.

Vol local (10 mn)	**36,00 €**	(40,00 €)
Vol Mont Saint-Michel (20 mn)	**72,00 €**	(80,00 €)
Vol baie du Mont Saint-Michel (30 mn)	**108,00 €**	(120,00 €)
Vol Baie du Mont Saint-Michel (60 mn)	**180,00 €**	(200,00 €)

• Sports mécaniques •

Calvados

◆LOUISAN, Base sportive, Anctoville - ✆ 02 31 25 00 39

Randos Quad 1/2 heure	**25,00 €**	(28,00 €)
1 heure	**39,00 €**	(44,00 €)
2 heures	**72,00 €**	(77,00 €)
3 heures	**88,00 €**	(94,00 €)
Passager 1/2 heure	**11,00 €**	(12,00 €)
1 heure	**11,00 €**	(12,00 €)
2 heures	**12,00 €**	(17,00 €)
3 heures	**17,00 €**	(22,00 €)

◆NORMANDIE CHALLENGE, Pont-l'Evêque - ✆ 02 31 65 29 21
Buggy, minimum 8 personnes.

2 heures	**68,00 €**	(80,00 €)

Manche

◆ASK, Circuit de La Hague, Gréville-Hague - ✆ 02 33 08 45 40

Location individuelle d'un karting **-5%**
Prestation groupe (challenge) **-5%***

*cumulable avec la remise de 10 % accordée aux groupes

Orne

◆RALLYCROSS D'ESSAY, Circuit des Ducs - ✆ 02 33 81 73 73

Championnats de France et d'Europe de Rallycross (dates non définies). Billets à réserver au préalable.

Tarif CE pour les billets week-end

• Sports nautiques •

Calvados

◆BASE DE PLEIN AIR, Pont-d'Ouilly - ✆ 02 31 69 86 02

Location de canoë et de kayak, descente de l'Orne (2 heures, ½ journée ou journée) en canoë ou kayak.

- 10% sur toutes ces activités

◆CENTRE LEO LAGRANGE SECTION PLONGEE, Colombelles ✆ 02 31 22 31 01

Plongée non-adhérent et location de matériel **- 10%**

◆CLUB DE VOILE ET PAGAIE, Merville-Franceville ✆ 02 31 24 46 11

Mise à disposition de matériel de voile, location de kayak, cours de voile, et stage de voile pendant les vacances scolaires.

- 10% sur toutes ces activités

◆NORMANDIE CHALLENGE, Pont-l'Evêque - ✆ 02 31 65 29 21

Descente de rivière (2 à 3 heures)

Canoë bi-places, par personne **15,00 €** (18,50 €)
Kayak **21,00 €** (25,00 €)

◆STATION NAUTIQUE DE COURSEULLES - ✆ 02 31 37 92 59

Nouveau : école de pêche en mer.

Stages voile, loisirs nautiques, locations, char à voile, pêche et promenades en mer **- 5%**

◆WIND 14, Colleville-Montgomery - ✆ 02 31 97 60 09

Location de kayaks, planches et catamarans **-10%**
Stage d'initiation et de perfectionnement **-10%**

A ajouter le prix de la licence par fédération concernée.

Manche

◆ASEV CANOE KAYAK, Condé-sur-Vire - ✆ 02 33 57 33 66

Balade sur la Vire en canoë et kayak (de 1 à 3 heures) et descente de la Vire (de 3 heures à 2 jours) en canoë et kayak.

Locations balades et descentes **-10%**
Kayak de mer à l'année (section tourisme) **-10%**

◆AY-OLE, Bretteville-sur-Ay - ✆ 02 33 17 04 04

Centre de char à voile. Licence obligatoire sur la première initiation, 2€ supplémentaire par personne

1h30 de char à voile **17,00 €** (22,00 €)
Stage 5 séances **82,00 €** (100,00 €)

◆COTENTIN SURF CLUB, Siouville Hague - ✆ 02 33 41 39 58

Stages de surf **- 10%**

◆ECOLE DE VOILE, Cherbourg-Octeville - ✆ 02 33 94 99 00

Stage voile été **-10%**

◆ESPACE VOILE BREHAL, Saint-Martin-de-Bréhal
✆ 02 33 61 78 03

Stage de 5 demi-journées	-10%
Location voile loisir	-10%

◆OFFICE DE TOURISME CHERBOURG-COTENTIN
✆ 02 33 78 19 29
Stages de voile (5 demi-journées), kayak de mer, baptême découverte 2 heures d'aviron de mer, stages planche à voile et catamaran, croisières en individuel et location de vélos.
- 10% sur toutes ces activités

◆CLUB DE KAYAK DE MER DU NORD COTENTIN, Tourlaville
✆ 02 33 22 59 59
Stages, journée découverte de kayak de mer, pirogue, wave ski ...
- 10% sur toutes ces activités

• Sports de raquettes •

Calvados

◆GOLF DE GARCELLES, Garcelles-Secqueville
✆ 02 31 39 09 09
Badminton, tennis couvert, 4 courts en résine.

1 heure de badminton	8,00 €	(9,00€)
1 heure de tennis	15,00 €	(17,00€)

◆ELSH, Hérouville - ✆ 02 31 94 19 86
Badminton, tennis plein air et couvert, squash.
1 heure : Location (heures pleines) :

Tennis couvert	11,50 €	(15,30€)
Tennis plein air	7,70 €	(11,50€)
Squash	9,40 €	(11,00€)
Badminton	9,40 €	(11,00€)

1 heure : Location (heures creuses) :

Tennis couvert	9,20 €	(12,20€)
Tennis plein air	6,10 €	(9,20€)
Squash	7,90 €	(9,40€)
Badminton	7,90 €	(9,40€)

Abonnement « 3 raquettes »

Adulte	244,00 €	(298,00€)
Etudiant	168,00 €	(214,00€)

Manche

◆COUTANCES TENNIS CLUB - ✆ 02 33 07 50 31

1 h de location d'un court de tennis	10,00 €	(13,00 €)

◆SAINT-LÔ SQUASH - ✆ 02 33 55 94 63
Carte de 10 parties **65,00 €** (75,00 €)

◆SQUASH COUTANÇAIS - ✆ 02 33 07 50 31
Découverte du squash, pour les 5 premières heures :
1 h de location d'un court de squash **4,00 €** (10,00 €)
Pour les heures suivantes, l'adhésion au club est obligatoire.

Orne

◆LE SQUASH, Alençon - ✆ 02 33 26 17 95
Les activités : squash, musculation et cours collectifs de fitness.
Abonnement annuel toutes activités **285,00 €** (340,00 €)

• VTT •

Calvados

◆LOUISAN, Base sportive, Anctoville - ✆ 02 31 25 00 39
Activité BMX, plusieurs stages sont proposés.
Location 1 heure **5,50 €** (6,50 €)
Location ½ journée **10,00 €** (13,50 €)

Manche

◆ASEV CANOE KAYAK, Condé-sur-Vire - ✆ 02 33 57 33 66
Location de VTT.
Location 1 heure **7,20 €** (8,00 €)
Location ½ journée (3h maxi) **12,15 €** (13,50 €)
Location journée (caution de 300 €) **16,20 €** (18,00 €)

◆SPORT EVASION, Le-Val-Saint-Père - ✆ 02 33 68 10 00
Location et circuit VTT dans la baie du Mont Saint-Michel, sur réservation préalable.
-10 % sur présentation de la carte Cezam

• Yoga / Relaxation •

Calvados

◆CORPS EN JEU, Hérouville-Saint-Clair - ✆ 09 64 25 49 42
Stages.
-5 % sur présentation de la carte Cezam

◆ECOLE DU MOUVEMENT, Giberville - ✆ 02 31 47 57 95
Stages de shiatsu qi-gong **27,00 €** (30,00 €)

Balades

• Balades ferroviaires •

Calvados

◆PETIT TRAIN, Trouville - ✆ 06 70 37 31 43
Adulte **5,50 €** (6,00 €)
Enfant de 3 à 10 ans **3,00 €** tarif unique

• Balades maritimes •

Calvados

◆ASL MONDEVILLE - ✆ 02 31 82 48 65
Promenade en mer pour découvrir la côte vue du large, entre Port en Bessin et Honfleur. Promenade fluviale sur le canal. Pêche côtière et hauturière.
Permis côtier 3 semaines **-10%**
Permis côtier 2 samedis **-10%**
Permis hauturier **-10%**
Formation navigation pilote en mer **-15%**
Découverte voile **-15%**
Sortie en mer avec pilote **-10%**

PARTENAIRE DE VOS LOISIRS

- Voyages
  Circuits
  Séjours
- Week-ends
  Journées
  Soirées
- Vacances

Agrément Tourisme UNOVAC N° AG 094.04.0001

Permis bateau
Formation navigation
Promenade, pêche en mer
Voile

Agrément bateau-école

- Billetterie avec tarifs privilégiés
- Loisirs divers

Initiation multimédia
Stage informatique
Internet

121, rue du Dr Calmette - 14120 MONDEVILLE
02 31 82 48 65 - www.aslmondeville.com

Partenaire CEZAM BASSE NORMANDIE

◆VEDETTE L'EVASION, Honfleur - ✆ 02 31 89 41 80
Découverte de l'estuaire de la Seine et du Pont de Normandie.

Enfant de 3 à 12 ans	**4,00 €**	(5,00 €)
Adulte	**6,50 €**	(7,50 €)

◆LES VEDETTES DE NORMANDIE, Caen - ✆ 02 31 43 86 12
Promenades en mer (juillet/août) et sur le canal de Caen à la mer (toute l'année) à bord du « Boédic ». Sorties en mer, découverte du port artificiel d'Arromanches ou d'Omaha Beach au départ de Port-en-Bessin, sur le « Pays du Bessin ». Achat des billets à bord des bateaux.

"Le Boédic" Place adulte	**11,90 €**	(14,00 €)
"Le Boédic" Place enfant (jusqu'à 12 ans)	**6,75 €**	(9,00 €)
"Le Pays du Bessin" Place adulte	**14,40 €**	(16,00 €)
"Le Pays du Bessin" Place enfant	**7,65 €**	(12,00 €)

Manche

◆ASEV CANOË-KAYAK, Condé-sur-Vire - ✆ 02 33 57 33 66

Location de barque	**7,20 €**	(8,00 €)

◆CHARLES MARIE, Agon-Coutainville - ✆ 02 33 46 69 54
Croisière en vieux gréement : journée, week-end, 3 jours et plus.
Les horaires de départ et de retour varient selon les marées.

-10 %

◆HAGUE A PART,CHERBOURG - ✆ 02 33 44 17 46
www.hagueapart.com
Visite de la rade de Cherbourg à bord de la vedette «le Port Liberté»

Enfant de moins de 4 ans	**gratuit**	
De 4 à 11 ans	**6,75 €**	(8,40 €)
Adulte	**10,10 €**	(12,60 €)

◆METTEZ LES VOILES !!! CROISIERES, Cherbourg et Carteret
✆ 06 83 52 57 10
Croisière de découverte des îles anglo-normandes à bord d'un voilier.
Découverte de la vie maritime à bord, convivialité, confort et sécurité au rendez-vous sur ces croisières d'une durée d'une journée à une semaine.

Croisière découverte	**-10 %**
Groupe de 8 personnes à bord soit 7 personnes payantes (toutes durées de croisière)	**-20 %**

◆STRAND HUGG, Granville - ✆ 02 33 90 69 06
Promenades en mer à la journée aux îles Chausey. Parties de pêche.

-10 % sur présentation de la carte Cezam

◆PAR DOUVE ET MARAIS, Saint-Côme-du-Mont
✆ 02 33 71 55 81
Croisières commentées à bord du Barbey d'Aurevilly II. Découverte des Marais du Cotentin, l'une des plus vastes zones humides d'intérêt écologique majeur en Europe.

Balade demi-journée enfant de 3 à 12 ans	**6,00 €**	(7,00 €)
Balade demi-journée adulte	**10,00 €**	(11,00 €)
Balade journée enfant de 3 à 12 ans	**12,00 €**	(13,00 €)
Balade journée adulte	**17,00 €**	(18,00 €)

Orne

◆BASE DE LOISIRS, Le-Mêle-sur-Sarthe - ✆ 02 33 27 61 02

Balade en barque (1/2 heure)	**3,50 €**	(4,00 €)
Pédalo 2 places (1/2 heure)	**3,50 €**	(4,00 €)
Pédalo 4 à 5 places (1/2 heure)	**7,00 €**	(8,00 €)

◆VAL D'ORNE, Putanges - Pont-Ecrepin - ✆ 02 33 39 30 30

Croisière nautique d'1h15 avec découverte des charmes du lac de Rabodanges sur un parcours de 16km. Croisière d'1h15 :

Adulte	**7,20 €**	(8,00 €)
Enfant de 3 à 12 ans	**3,60 €**	(4,00 €)

Parc de jeux gonflables :

L'entrée	**2,25 €**	(2,50 €)

• Balades en carrioles •

Calvados

◆LES ROULOTTES DE LA SUISSE NORMANDE, Les-Moutiers-en-Cinglais - ✆ 02 31 50 14 92

Promenade en carriole, en forêt de Grimbosq (accès fauteuil roulant), mariage, fêtes de village, séminaires, pique-niques.

Pour 8 personnes :

Promenade attelée 1 heure	**64,00 €**	(80,00 €)
Forfait ½ journée	**135,00 €**	(150,00 €)
Journée complète	**270,00 €**	(300,00 €)

Orne

◆LE FIEF DES ANES, Sainte-Honorine-la-Chardonne ✆ 06 13 82 37 21

Randonnées avec âne de bât, avec ou sans accompagnement, balades en carriole.

-10 % sur présentation de la carte Cezam

• Randonnées •

Manche

◆A LA DECOUVERTE DE LA HAGUE, Cherbourg-Octeville ✆ 02 33 53 86 12

18 randonnées pédestres organisées de septembre à juillet.

Adhésion à l'association moins de 16 ans	**2,50 €**	(3,00 €)
Adhésion à l'association adulte	**8,50 €**	(10,00 €)

◆OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL COTENTIN VAL DE SAIRE, Fermanville - ✆ 02 33 54 61 12

La section RandoSaire propose un programme de balades de découverte du canton et des alentours tout au long de l'année.

Randonnée à la journée	**5,00 €**	(6,00 €)
Randonnée à la demi-journée	**1,50 €**	(2,00 €)
Randonnée nocturne	**2,50 €**	(3,00 €)
Forfait à la demi-journée	**8,50 €**	(10,00 €)
Topoguides de rando	**6,50 €**	(6,90 €)
Séjours randonnées		**-5 %**

• Traversées de la Baie du Mont Saint-Michel •

Manche

◆AVENTURE ... ET VOUS, Avranches - ✆ 06 83 29 78 10

Traversée ludique et initiatique, au départ du Bec d'Andaine.

Traversée enfant jusqu'a 12 ans	**4,00 €**	(5,00 €)
Traversée adulte	**8,00 €**	(10,00 €)

◆CHEMINS DE LA BAIE DU MONT-SAINT-MICHEL, Genets ✆ 02 33 89 80 88

Traversées, randonnées, sorties nature en Baie du Mont-Saint-Michel.

-1,50 % sur toutes ces activités

◆ CHEVAL PLAISIR, Saint-Senier-sous-Avranches
✆ 02 33 60 52 67
Randonnées à cheval, sur plusieurs jours, avec traversée de la Baie du Mont Saint-Michel.

-5 % sur présentation de la carte Cezam

◆ DECOUVERTE DE LA BAIE DU MONT SAINT-MICHEL, Genêts, la Maison du guide - ✆ 02 33 70 83 49
De nombreuses traversées sont proposées : traversée guidée et commentée, Tombelaine, le Mont illuminé, etc.
Groupe limité à 60 personnes par guide.

-1,50 € sur toutes ces activités

Exemple : Traversée traditionnelle		
enfant de 6 à 12 ans	**3,00 €**	(4,50 €)
Traversée traditionnelle adulte	**5,00 €**	(6,50 €)

◆ OFFICE DE TOURISME DE PONTORSON - ✆ 02 33 60 20 65
Randonnées dans la Baie du Mont Saint-Michel.

La traversée enfant et adulte	**8,00 €**	(10,00 €)
Gratuit pour les moins de 8 ans.		

◆ SPORT EVASION, Le-Val-Saint-Père - ✆ 02 33 68 10 00
Traversées à partir du Grouin du sud, du Bec d'Andaine, de la Roche Torin ou du Mont Saint-Michel.

La traversée enfant jusqu'à 12 ans	**8,00 €**	(10,00 €)
La traversée adulte	**10,00 €**	(12,00 €)

• Traversées maritimes •

Calvados ou Manche

◆ BRITTANY FERRIES - ✆ 0825 828 828 (0,15€ TTC/mn)
www.brittanyferries.fr
Au départ de Cherbourg et de Ouistreham, en traversée de jour ou de nuit, Brittany Ferries vous transporte vers les plus belles régions de Grande-Bretagne.
Plus de 1 200 hébergements à la carte et de nombreux circuits.

Tarif réduit jusqu'à - 10 %

◆ MANCHE ILES EXPRESS, Carteret, Diélette et Granville
✆ 0825 133 050 (0,15 €/minute)

-15 % sur toutes les traversées

ENVIE D'ANGLETERRE ?
Spécial CEZAM
Jusqu'à 10% de réduction*
sur les traversées maritimes
* Hors juillet/août
0 825 828 828
(0,15 € TTC/mn)
Brittany Ferries

à partir de 45min. de traversée
JERSEY
GUERNESEY
AURIGNY & SERCQ
depuis GRANVILLE* CARTERET & DIÉLETTE
*service toute l'année
DUTY FREE à bord
Réservations www.manche-iles-express.com
0 825 133 050
Et dans votre agence de voyage
Manche Iles express

• Vélorails •

Manche

◆VELORAIL DE LA VALLEE DE LA VIRE, Condé-sur-Vire
✆ 02 33 05 46 55
Balade de 11 km aller retour pour une durée de 1h15.
Réservation conseillée. Ouvert d'avril à fin septembre.

Location d'un vélorail	**12,00 €**	(15,00 €)

Calvados et Orne

◆ACF LES VELORAILS DE LA SUISSE NORMANDE,
www.rails-suissenormande.fr
Ouvert de fin mars à début novembre les week-ends et jours fériés, tous les jours en juillet et août, autres périodes nous consulter.
Réservation conseillée. Pour 2010, projet en cours : train touristique

• Le-Val-de-Maizet - ✆ 06 32 88 51 62
Au départ du Val-de-Maizet, à 15 km au sud de Caen, dans la vallée de l'Orne, entre Laize-la-Ville et Evrecy, 2 circuits de 10 km ou 20 km pour 1h30 ou 3h00.

Location pour 1h30	**13,50 €**	(15,00 €)
Location pour 3h00	**27,00 €**	(30,00 €)

• Gare de Pont-Erambourg - ✆ 02 31 69 39 30
Au départ de Pont-Erambourg, dans la vallée du Noireau, à 2 km de Condé-sur-Noireau, un circuit de 13 km aller retour pour une durée moyenne de 1h45.

Location par vélorail	**13,50 €**	(15,00 €)

Détente

• Activités de loisirs •

Calvados

◆OUGA PARK, Bretteville-sur-Odon - ✆ 02 31 30 26 00

L'atelier des arts	**-10 %**
Arts culinaires (cours de cuisine pour enfants et adultes)	**-10 %**

◆TANDEM, Caen - ✆ 02 31 29 54 54
Remise sur les activités hebdomadaires :
-5% sur les activités suivantes :
Atelier création métal, l'Atelier, atelier peinture-croquis, bande dessinée, cirque, danse libre Malkowsky, dessin/peinture, djembé, encadrement, groupe vocal « Duende », Hip-Hop, Krav Maga, peinture sur bois, peinture/dessin, Qi-Gong, reliure, sculpture, sophrologie, théâtre adultes.
L'adhésion de 17 € au centre d'animation est à ajouter.

◆VERT LEZARD, Reviers - ✆ 02 31 71 03 89
• Ateliers artistiques du mercredi : percussions brésiliennes, théâtre enfants, recherche et création théâtrale, théâtre adulte, atelier chorégraphique.
-10 €

• Artisanat •

Orne

◆SAVOIR FAIRE ET DECOUVERTE, La Carneille ✆ 02 33 66 74 67
Séjours et stages pour partager le métier d'artisans, d'agriculteurs…
Frais de dossier offerts
- 50% sur les frais de réservation d'hébergement

• Cabaret •

Orne

◆CABARET LE BEAULIEU, Pin la Garenne - ✆ 02 33 73 42 04
www.cabaret-beaulieu.fr
Au coeur du Perche, l'équipe du Beaulieu Cabaret vous accueille dans leur cabaret d'une capacité de 300 places, pour ses dîners ou déjeuners et spectacles. Animation pendant le repas, 1h15 de revue danse avec orchestre.
Par personne :

Revue «Années Fol'lies»	**65,00 €**	(70,00 €)
Revue «Soleil soleil»	**64,00 €**	(67,00 €)

Le Beaulieu
de Paris à Broadway
CABARET
Le Pin la Garenne (61)
Années Folies
Renseignements et Réservations
Tél. : 02 33 73 42 04 - Fax : 02 33 73 86 09
E-mail : perchevents@orange.fr - site : www.cabaret-beaulieu.fr

Calvados

◆ THALAZUR OUISTREHAM - ✆ 02 31 96 40 40

Thalassothérapie	- 10 %
Fitness	- 10 %

Réductions non cumulables avec d'autres promotions.

Thalasso Ouistreham

L'expérience du Bien-être!

Formules à la journée
Formules à la semaine
Abonnements Fitness
Institut de beauté
Restaurant
Hôtel

Avenue du cdt Kieffer - 14 150 OUISTREHAM
Tél. 02 31 96 40 40 - E-mail: ouistreham@thalazur.fr

La Thalassothérapie
LUC-SUR-MER
Le Hammam de la Mer
Les pieds dans l'eau, sur la digue, l'établissement bénéficie d'un emplacement unique situé en bordure de mer sur la côte normande à 2h30 de Paris et 10 minutes de Caen.
2, rue Guynemer - 14530 LUC SUR MER
Tél. : 02 31 97 32 22 - Fax : 02 31 97 30 03
www.thalasso-normandie.com
accueil@thalasso-normandie.com

◆INSTITUT DE CURE MARINE, Luc sur Mer - ✆ 02 31 97 32 22
La thalassothérapie vous propose des soins à base d'algues et des cures de détente ou cures spécifiques. Le hammam s'inspire de la tradition orientale grâce aux parfums d'essences et de plantes aromatiques…

Thalassothérapie	**- 20 %**
Hammam libre, gommage et rituel à l'unité	**- 10 %**

◆ZEN HAMMAM, Caen - ✆ 02 31 39 69 42
-10 % sur le hammam libre, la formule à 32 € et le massage oriental

Manche

◆PREVITHAL GRANVILLE - ✆ 02 33 90 31 10
Hydrothérapie, espace détente, etc.
- 10%* sur cures et soins de thalassothérapie
*hors promotions

Orne

◆LES THERMES DE BAGNOLES DE L'ORNE - ✆ 02 33 30 38 29
Découvrez les bénéfices de l'eau bienfaisante de Bagnoles de l'Orne. Aquagym, pressothérapie, massage aux pierres chaudes, shiatsu. Séjours mieux-être, anti-stress, « jeune maman », minceur, etc.
- 15% du lundi au vendredi
- 10% le samedi et le dimanche

Evénements sportifs

Calvados

◆HOCKEY CLUB DE CAEN, Patinoire de Caen
✆ 02 31 38 86 42
Matches de hockey sur glace.

La place	**7,00 €**	(9,00 €)
La place pourtour enfant -12 ans	**Gratuit**	
La place pourtour adulte	**4,00 €**	tarif unique

Manche

◆NORD COTENTIN HOCKEY PLUS -✆ 02 33 94 00 94

La place	**3,00 €**	(4,00 €)
Enfant -12 ans	**Gratuit**	

Accompagner
les salariés au quotidien

Avec le Crédit Mutuel, votre comité d'entreprise fait de vous un privilégié !

Édité par la Caisse fédérale du Crédit Mutuel MABN, société coopérative anonyme à capital variable, capital initial de 38 112 € - 556 650 206 RCS LAVAL - 63, bd Valmy 53063 Laval Cedex 09

Crédit Mutuel
LA banque à qui parler

Séjours et voyages

- Locations
- Hôtels

Dans notre guide, vous identifierez :

- le tarif Cezam **en gras**
- le tarif public (entre parenthèses).

Tous nos partenaires offrent l'avantage à carreau ◆
(réduction sur simple présentation de votre carte Cezam).

Campings

Calvados

◆ CAMPING LES PEUPLIERS, Merville-Franceville
✆ 02 31 24 05 07 - www.camping-peupliers.com
Location de mobil-homes et chalets. Ouvert d'avril à octobre.
- 5% sur un emplacement
- 3% sur une location

◆ NORMANDIE CHALLENGE, Pont-l'Evêque - ✆ 02 31 65 29 21
-5 % sur un emplacement de passage

Manche

◆ CAMPING LA VANLEE, Saint-Martin-de-Bréhal
✆ 02 33 61 63 80
Ouvert de Mai à Septembre.
- 10% sur l'emplacement et les personnes

Circuits et croisières

Calvados

◆ ASL MONDEVILLE - ✆ 02 31 82 48 65
Afrique du Sud, Bali, Ouest Américain, Philippines, Sri Lanka, Inde du Nord, Sénégal, Cap Vert, République Dominicaine, Laponie, Andalousie, Madère, Croatie, Majorque, Maroc, Tunisie, Crète, Malte.
Tarif Cezam **-42 €**

◆ LES ROULOTTES DE LA SUISSE NORMANDE,
Les-Moutiers-en-Cinglais - ✆ 02 31 50 14 92
Découverte de la Suisse Normande à bord d'une roulotte toute équipée, avec votre cheval ou le nôtre, pour vivre une aventure en communion avec la nature. Séjours en roulottes gitanes itinérantes sur des circuits de 2 à 7 jours.
Location basse saison **-10%**
Location juillet-août **-5%**

Calvados et Orne

◆ VOYAGES PIEL, Caen, Vire et Flers - ✆ 02 33 96 69 66
Code réservation : Cezam
- 5% sur tous les voyages de la brochure « Vision du monde »

Locations

• Bâteau •

Manche

◆ HAGUE A PART,CHERBOURG - ✆ 02 33 44 17 46
◆ www.hagueapart.com
Location de bateux à moteur à la journée
ou à la demi-journée avec ou sans chauffeur **- 10 %**

• Chambres d'hôtes / Gîtes •

Calvados

◆ ECURIES DE LA COUR AU PUITS, Janville - ✆ 02 31 39 20 87
Gîte 2 épis pour 40 personnes (hors vacances scolaires).
La nuitée **40,00 €** (45,00 €)
Location week-end **550,00 €** (600,00 €)

◆ LA FERME DES EPIS, Ouffières - ✆ 02 31 93 66 87
Grande yourte pour 15 personnes, petite yourte pour 4 personnes,Gîte pour 17 personnes,dortoir pour 17 personnes...
-10 % sur toutes les formules d'hébergement

◆ HARAS D'ECAJEUL, Le Mesnil Mauger - ✆ 02 31 63 47 34
Chambre d'hôtes (nuit+ petit déjeuner)
Adulte **25,00 €** (30,00 €)
Enfant jusqu'à 16 ans **15,00 €** 20,00 €)

SANTÉ EN ENTREPRISE

Faites le choix d'une mutuelle

qui s'engage pour vous apporter au quotidien des avantages et services de qualité.

Prévadiès, partenaire de l'inter-CE CEZAM Basse-Normandie

Prévadiès est membre fondateur d'Harmonie Mutuelles, l'un des tout premiers opérateurs nationaux de la protection sociale.

Son service partenariat accompagne les élus CE pour développer des contrats collectifs responsables, dans le cadre d'un dialogue social durable et par le biais d'un pilotage paritaire.

Pour tout renseignement, contactez Pascal Mellaza :

- **Tél. :** 02 98 42 56 20
- **e-mail :** pascal.mellaza@prevadies.fr

Consultez également les sites
www.prevadies.fr
et www.essentielsante.net

Prévadiès, mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la Mutualité, n° RNM 442 226 671. Siège social : 143, rue Blomet - 75015 Paris.

Prévadiès
Harmonie Mutuelles
PLUS PROCHES, PLUS HUMAINS, PLUS UTILES

Manche

◆ CHEVAL PLAISIR, Saint-Senier-sous-Avranches - ✆ 02 33 60 52 67
Chambres de 2, 3, 4 personnes
Location d'une chambre **-5%**

◆ GITE DU BOIS ROULAND, Saint-Senier-de-Beuvron
✆ 02 33 48 38 86
Gîte 5 places.
Location en semaine complète ou week-end **-5%**

◆ GITE LES FLEURIS, Couville - ✆ 02 33 20 38 47
Gîtes 4-6 places.
-5 % de juin à septembre
-10 % d'octobre à mai

Orne

◆ LE FIEF DES ANES, Sainte-Honorine-la-Chardonne
✆ 06 13 82 37 21
2 gîtes (3-4 personnes et 14 personnes) labellisés « accueil paysan ».
Location gîtes **-10%**

◆ MANOIR DE COULANDON, Argentan - ✆ 02 33 39 18 22
Chambre d'hôtes au cœur de la Normandie.
La nuitée **71,00 €** (75,00 €)
Les 3 nuitées **135,00 €** (195,00 €)

• Mobil-home et résidences locatives •

Calvados

◆ ASL MONDEVILLE - ✆ 02 31 82 48 65
Camping « Les Dunes » à Coudeville (50), Camping « Port de plaisance » à Bénodet (29), Camping « le bel air » à Pornichet (44), Camping « les Chevrets » à Saint Coulomb (35) et Camping « les Tamaris » et « les Huttes » sur l'Ile d'Oléron (17). Appartement à Châtel (74) ou aux Ménuires (73).
- 5% sur les tarifs individuels de location

Hôtels

Calvados

◆ HOTEL LE CANADA, Hermanville-sur-Mer - ✆ 02 31 97 23 48
Hôtel situé à 50m de la plage, à 3km de Ouistreham.
- 10% (hors week-ends fériés)

◆ LE VILLAGE ENCHANTE, Bellefontaine - ✆ 02 33 59 01 93
Hôtel situé dans le parc
Prestations hôtelières **- 10%** sur présentation de la carte Cezam

Orne

◆ HOTEL DE BELLEME, Les Sablons - ✆ 02 33 85 13 13
Location chambre enfant plus de 12 ans **- 50 %**
Location chambre adulte **- 30 %**
Enfant (-12 ans) dans la chambre des parents **Gratuit**

Séjours jeunes

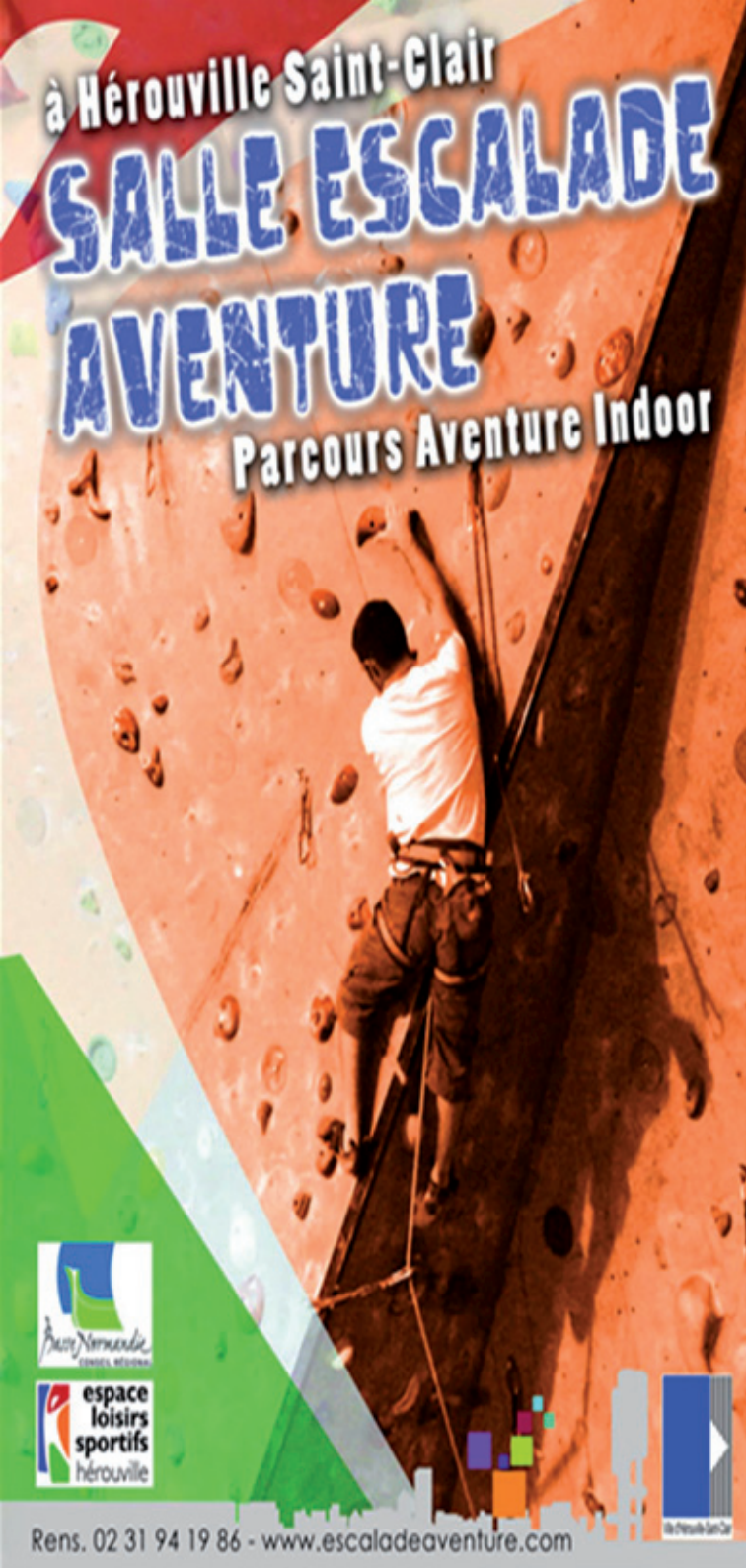
Manche

◆ LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT, FEDERATION DE LA MANCHE VACANCES POUR TOUS, Saint-Lô - ✆ 02 33 77 42 52
Séjours pour les enfants de 4 à 22 ans, en France et à l'étranger, séjours familles et séjours linguistiques pour les enfants et adolescents.
Adhésion enfants **Gratuite** (7,00 €)
Adhésion adultes **Gratuite** (14,00 €)

à Hérouville Saint-Clair

SALLE ESCALADE AVENTURE

Parcours Aventure Indoor



espace loisirs sportifs hérouville

Rens. 02 31 94 19 86 - www.escaladeaventure.com

Nouveautés 2010 au Mémorial de Caen

20 ANS BERLIN SANS MUR

Dès novembre 2009

20e anniversaire de la chute du Mur de Berlin

NOUVEL ESPACE

DESSINS POUR LA PAIX

Dès le 30 janvier 2010

La Fondation «Cartooning for Peace» et le Mémorial présenteront les illustrations de dessinateurs de presse du monde entier.

Venez découvrir nos nouveaux espaces Seconde Guerre mondiale dès mai 2010

Rencontre de combattants des deux armées dans la ville de Robcha. Front de Léningrad. Janvier 1944.

"VICTOIRE" De juin à décembre 2010

L'objectif de cette exposition inédite en France est d'expliquer la contribution soviétique à la Victoire de mai 1945.

Culture Science Education Services

Mémorial
CITÉ DE L'HISTOIRE CAEN-NORMANDIE

Tél. 02 31 06 06 45 **www.memorial-caen.fr**

Esplanade Général Eisenhower – BP 55026 – 14050 CAEN cedex 4

© 2009-Le Mémorial de Caen © aprim-caen.fr Photo: Le Mémorial de Caen Plantu / Musée des Forces armées de Moscou